
ماهي الطاقة الحيوية

الفهرس


الفصل الأول

تعريفُ المُؤلِّف للطاقةِ الحَيَويَّة

الطاقة الحَيَويَّة

هي: أحد دعامات الحياة في كل كائن حي، وكل ما في الوجود من المجرة إلى الذرة عبارة عن كائن حي يُسبح بحمد الخالق سبحانه وتعالى، والدليل على ذلك قوله تعالى:

{**تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَوَاتُ السَّبْعُ وَالأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلاَّ يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لاَ تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا**} سورة الإسراء، الآية رقم: 44.

والتسبيحُ إنما يصدر عن أحياء، وإن اختلفت أشكال الحياة فيها جميعًا.

الطاقة الحَيَويَّة في الكَوْن

هي في الكون: الطاقة الهائلة والجبارة التي تنتج عن تفاعلات وانفجارات وحركة الأجرام من مجرات وسدوم ونجوم عملاقة وثقوب سوداء ومجموعات تضم شموس وأقمار وكواكب، تتفاعل في حركتها مع بعضها البعض لتحتفظ برباط الجاذبية الكونية الذي يؤثر في كل الموجودات تحت سقف السماء، في بحر هادر من مجالات الطاقة المختلفة، التي تتناغم في منظومة الكون المترامي الأطراف.

وعلى مستوى الكون فإن الطاقة الحيوية بدأت بالانفجار العظيم الذي يستمر حتى الآن، بدليل التوسع الدائم للكتلة التي انفتقت بقوة الانفجار الأول، ونتج عن انفتاقها طاقة هائلة تقدر أشد من شمسنا بمئات البلايين من الدرجات المئوية، ويدل ذلك على مدى قدرة الخالق في بسط سلطانه على الكون، **ولعل أبلغ دليل على تلاطم الطاقة الهادر في الكون هو قوله تعالى**:

{ثُمَّ اسْتَوَى إِلَى السَّمَاءِ وَهِيَ دُخَانٌ فَقَالَ لَهَا وَلِلأَرْضِ اِئْتِيَا طَوْعًا أَوْ كَرْهًا قَالَتَا أَتَيْنَا طَائِعِينَ} سورة فصلت، الآية رقم 11.

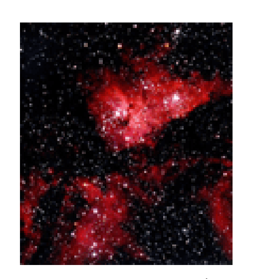
فالدخان كان ولا يزال نتيجة درجة حرارة رهيبة نشأت عن الانفجار العظيم، وهي النظرية التي يؤيدها اتساع الكون بسرعة كبيرة تصل إلى 240.000 كيلومتر/ ثانية، أي ما يعادل 80% من سرعة الضوء، فيتولد عن ذلك طاقة جبارة تشكل بحارًا عاتية من الضوء والحرارة والموجات الكهرومغناطيسية، التي تنتشر في أرجاء الكون كبحر هادر رقراق من الطاقة.

وفي خضم تلك الانفجارات المتوالية في الكون يحدث (الاندماج النووي)، كالذي يقع في مركز الشمس، أو يحدث (الانشطار النووي) كالذي يقع في المُستعرات التي تنتشر في الكون، وينتج عن تلك التفاعلات الجبارة طاقة كهرومغناطيسية هائلة جدا تنتشر كعاصفة في الكون تصعق كل ما تطاله، ويقول عنها العلماء: أن طاقة تلك العواصف لو بلغ منها قدر ضئيل جدا إلى الأرض لاكتسحت منها الحياة.

الطاقة الحَيَويَّة في مَجرَّتِنا

هيَ في المجرة: محصلة الطاقة المنبعثة من كل ما تحتويه تلك المجرة من: كواكب، ونجوم، وأقمار، وشهب ونيازك... ولقد تمكن العلماء باستخدام التلسكوب هابل من رصد حوالي 50 مليار مجرة سابحة في الكون، أقربها إلينا يبعد حوالي 2.9 مليون سنة ضوئية، أما مجرتنا درب التبانة (الطريق اللبني) فهي على هيئة قرص مسطح يبلغ سمكه 300 فرسخ نجمي (الفرسخ يساوي 3.26 سنة ضوئية), مركزها مفلطح يبلغ قطره حوالي 5000 فرسخ نجمي، ولها أذرع حلزونية توجد فيها معظم النجوم التي يتراوح عددها بين 100 إلى 200 مليار نجم.

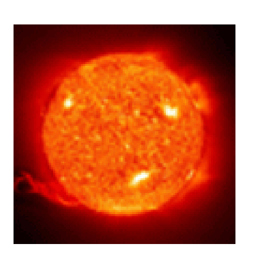
ويحتوي مركزها على ثقب أسود عملاق تبلغ فيه الطاقة الكهرومغناطيسية والحرارة مقدار عظيم، وبقوة المركز تعمل المجرة على حفظ نظام الجاذبية في توزيع مليارات النجوم والكواكب التي تسبح في أجوازها، كما أن ذلك الثقب يجذب إليه أضخم النجوم التي تهوي في سحابة كونية بالغة الضخامة وتُعَد في أعين العلماء مكانا غريبا ومثيرا، ويمكن مراقبة حلقات الغازات الكونية وهي تدور حول نفسها، وكذلك نجوم ترتحل بسرعات عظيمة حول ذلك الثقب الموجود بمركز مجرتنا، وهو في غاية الضخامة بالمقاييس الكونية.



المُستعرات في الكون



مجرة درب التبانة



شمسنا المشرقة

طاقة الشمس الحَيَويَّة

هي في الشمس: ناتج عملية الاندماج النووي التي تحْدثُ في مَركز الشمس الكثيف، حيث يصل الضغط إلى 250 بليون جوي، وتصل الكثافة إلى أكثر مِنْ 150 مرة مِن الماء، ودرجة الحرارة إلى 15,600,000 درجة مئوية، وتعمل الشمس بالقوة الجبارة التي تنتج عن عملية "**الاندماج النووي**" على جذب مجموعة الكواكب إليها فتمنع تفلتها أو تصادمها وتبعثرها في الفضاء السحيق، بالإضافة إلى ما تطلقه من تيارات جارفة من الطاقات الهائلة على هيئة ضوء وحرارة وإشعاعات كهرومغناطيسية تسافر في أجواء النظام الشمسي، فتمنح الحياة للكائنات التي تعيش على الأرض، وبالأرقام فإن ناتج التفاعلات الشمسية من الطاقة يساوي 386 بليون بليون ميجاواط طن / ثانية من الطاقة (الميجاواط طن: يساوي قوة انفجار مليون طن من مادة تي. إن. تي شديدة الانفجار).

فكُلّ ثانية تتحوّلُ حوالي 700.000.000 طن مِنْ الهيدروجين إلى حوالي 695.000.000 طن مِنْ الهليوم و5.000.000 طن مِنْ الطاقةِ على شكل أشعة جَاما، وفي تلك العمليةِ تفقد الشمس كمية صغيرة تقدر بنصف مليون طن من

كتلتها كل ثانية، يمكن أن تستمر لمدة حوالي 5.000 مليون سنة قادمة لكي تظل تعطي طاقة الحياة التي تسري على أشكالها.

فتصل أشعة الشمس إلى الأرض على هيئة فوتونات ضوء في غضون 8 دقائق بسرعة 300.000 كيلومتر/ الثانية، فتؤثر على حياة المخلوقات والمجتمعات، ويكفي أن نعرف أن نوبات الجنون والهياج العقلي تزيد مع فترات الهياج الشمسي، وفي دراسات أجراها فريق من علماء الطب بالاشتراك مع علماء الفلك تبين أن الثورات الاجتماعية التي انتابت العالم تمت في فترات الهياج الشمسي، كما لاحظوا أنه في تلك الفترات تزداد النوبات العصبية والنفسية والربو وضيق التنفس، والآلام الروماتيزمية، وعلل العلماء ذلك بحدوث ضغوط خارجية متغيرة أكثر من المعدل الذي اعتاده الإنسان في حياته، مما يؤثر سلبًا على سلوكه، وحيويته ووظائف أعضاء جسمه.

طاقة النظام الشَّمسي

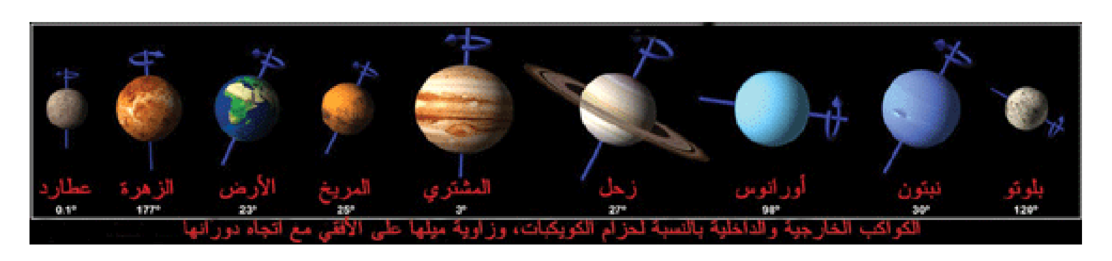
لقد كان لي السبق في كتبي وفي المحاضرات العلمية إثبات أن كواكب المجموعة الشمسية عددها أحد عشر كوكبا، وليس تحريفا لفهم معاني الآيات، ولكن موافقة العلم لما ورد به القرآن الكريم في قوله تعالى:

{إِذْ قَالَ يُوسُفُ لأَبِيهِ يَاأَبَتِ إِنِّي رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ رَأَيْتُهُمْ لِي سَاجِدِينَ} سورة يوسف، الآية رقم: 4.

والجدول التالي يوضحها مُسلسلة بترتيب قربها من الشمس:

مسلسل	اسم الكوكب	ملاحظـــــــــــــات
1	**عطارد**	يعرض وجها واحدا للشمس ويدور حولها في 88 يوما.
2	**الزهرة**	يحتوي على الحديد والنيكل ويكمل دورته في 225 يوم.
3	الأرض	وسيأتي شرحها بالتفصيل.
4	المريخ	يسمى الكوكب الأحمر ويكمل دورته حول الشمس في 687 يوم.
5	حزام الكويكبات السيارة	وهو الذي يعتقد العلماء أنه بقايا كوكب تشكل مع بداية تكون النظام الشمسي منذ حوالي 4.55 بليون سنة، وربما يكون قد تحطم منذ بلايين السنين لاصطدامه بكوكب أو نيزك ضخم، أو أنه لم يتكون أصلاً عند بداية تشكيل كواكب النظام الشمسي، وتجمعت أجزاؤه وتصلبت واتخذت لها مدارًا عكس عقارب السَّاعة ما بين المريخ والمشتري.
6	المشتري	من الغازات المتجمدة، يكمل دورته في 11 سنة، 317 يوم.
7	زحل	الثاني حجما، وهو ذو الحلقات، يكمل دورته في 29 سنة، 171 يوم.
8	أورانوس	الكوكب الأخضر، الذي يكمل دورته في 84 سنة، 25 يومًا.
9	نبتون	اكتشفه العالم الألماني "يوهان جالي" بمرصد برلين ليلة 23 سبتمبر أيلول سنة 1846 بلونه الأخضر الكالح، دورته 164سنة، 299 يوم.
10	بلوتو	غلافه الغازي يشبه نبتون، ويتكون من غازات الأمونياك

		والنشادر والميثان المتجمدة في درجة حرارة – 230 درجة مئوية، ويكمل دورته حول الشمس في 248سنة، 193 يوم.
11	سيدنا	وهو الذي أعلن علماء وكالة ناسا عن اكتشافه رسميا يوم الاثنين الرابع من أكتوبر 2004، وهو يبعد عن الأرض بحوالي 10 بليون كيلومتر، وتشير التفاصيل المبدئية إلى أنه مكون من صخور وجليد، فيما يبلغ قطره حوالي 2000 كيلومتر، أي أصغر من كوكب "بلوتو"، وجاء اكتشاف الكوكب بواسطة فريق من العلماء من "معهد كاليفورنيا" للتقنية، في إطار برنامج امتد لثلاثة أعوام لاستكشاف النظام الشمسي الخارجي وباستخدام تليسكوب الفضاء العالي الطاقة "سبيتزر".



ومجموع حجوم كواكب النظام الشمسي يصل إلى 0.14%، من حجم الشمس، ويشكل حجم المشتري منفردًا سبعة أجزاء من عشرة، وهي تؤثر من حيث مطالعها في صحة البشر وطاقتهم الحيوية، كما يفعل ذلك القمر عند اكتماله، وتُقَسم الكواكب إلى قسمين من حيث موقعها من حزام الكويكبات، فتسمى الكواكب الموجودة بداخله: **الكواكب الداخلية**، هي: عطارد والزهرة والأرض والمريخ، أما الكواكب الموجودة في خارج الحزام الكويكبي فتسمى: **الكواكب الخارجية**، هي: المشتري، زحل أورانوس، نبتون، بلوتو، وسيدنا.

وتختلف الكواكبُ في الحجومِ والألوانِ، فنجد أن الكواكب الأربعة الأقرب إلى الشمسِ تسمى: "**الكواكب الصخريةَ**"، وهي صغيرة في الحجم، ومشابه للأرضِ في التركيبِ، وليسَ لها حلقات، و اثنان فقط منهم (الأرض والمريخ) لَهُما أقمار.

أمَّا الكواكب الخارجية الأربعة فتسمى: "**عمالقة الغاز**"، وهي أكبر كثيرًا مِن الكواكبِ "**الصخريةِ**"، وجميعها تقريبًا إما حولها حلقات أو العديد مِن الأقمار، أو الاثنين معًا باستثناء كوكب "سيدنا".

وبينما الكواكب الداخلية تتكون مِن الصخور، فإن "عمالقة الغاز" تتألف غالبًا مِن الهيدروجين، الهيليوم، الماء المتجمِّد، الأمونياك، الميثان، وأوّل أكسيد الكربون، وقد يتألف كوكب بلوتو، وسيدنا من الصخور والغاز معًا.

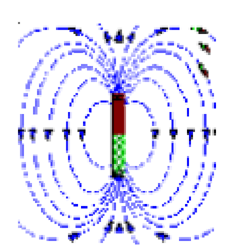
طاقة الأرض الحَيَوِيَّة

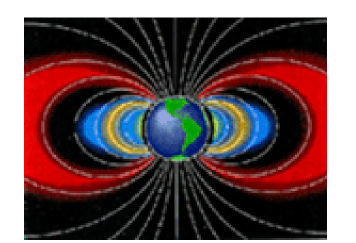
أغلفة الأرض الجوية الداخلية والخارجية

أغلفة الأرض هي حصانة بالغة الحكمة من تصميم الحكيم الخبير، وضعها لتعمل كمرشح يحفظ بيئة الأرض وحياة جميع الكائنات الحية بما فيها الإنسان، ووقاية كهرومغناطيسية تقاوم وتمنع أخطار الرياح الشمسية التي تطلق طاقة هائلة تعادل قوة **مائة بليون** قنبلة ذرية كالتي ألقيت على هيروشيما، لو قدر لها أن تصل إلى الأرض لحصدت الأخضر واليابس.

وهو قوله تعالى:

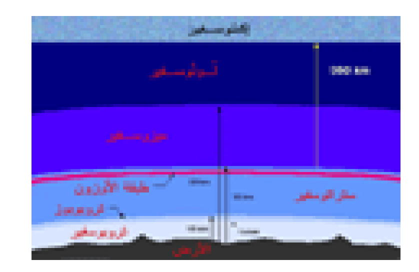
{**وَجَعَلْنَا السَّمَاءَ سَقْفًا مَحْفُوظًا وَهُمْ عَنْ آيَاتِهَا مُعْرِضُونَ**} (سورة الأنبياء، من الآية 32).





تعمل الأرض كمغناطيس كبير

الغلاف الجَوِّي الداخلي





أغلفة الأرض الداخلية

يعمل على حماية الكائنات من الإشعاعات الضارة، التي لو قدر لها الوصول إلى سطح الأرض لاخترقت حائطًا من الرصاص عرضه 16 مترًا، وكمرشح يسمح بنفاذ كميات ونوعيات معينة من الأشعة إلى الأرض، وهي التي بدونها لا تتواصل الحياة، ويُعدُّ الغلاف الجوي كمَحْرَقة للشهب والنيازك الوافدة، كما يعمل على حماية الأرض من البرودة الشديدة الموجودة في الفضاء الخارجي، والتي تصل إلى 270 درجة تحت الصفر، ويصل ارتفاعه إلى 1000 كيلومتر بوزن حوالي 5 مليون طن، ويُشكِّل ضغطًا جويًا مقداره وزن 76 سم زئبق على السنتيمتر المربع، ويتكون من

النيتروجين (الآزوت) بنسبة 78.07%، والأكسجين بنسبة 20.95%، وغازات الفحم، الأريجون، الكريبتون، الهيدروجين، الكسينون، الهيليوم، والأوزون بنسبة 0.98%.

وظائف طبقات الغلاف الجوي الداخلي

1- **طبقة التروبوسفير**: وتَحتوي على حوالي 75% من الكتلةِ الكليّةِ للجو، وهي طبقة التغيرات التي تجري فيها الظواهر الجوية من ضغط جوي ورياح وأمطار، وهي تتألف من غازات الغلاف الجوي بنسبها المذكورة من قبل، ويتبعها طبقة التروبوبوز، التي تتوقف فيها مظاهر الطقس ليسود فيها تياران من الهواء يُطلق عليهما "**التياران النفاثان**"؛ لأنهما المفضلان في رحلات الطيران، في منتصف المسافة بين خط الاستواء والقطبين الشمالي والجنوبي، وهما يدوران عكس اتجاه الكرة الأرضية (من الشرق إلى الغرب)، الجزء المنخفض منهما على ارتفاع 8 كيلومتر من سطح البحر عند خط الاستواء، وسرعته 160 كيلو متر/ ساعة، بينما يقع الجزء العلوي على ارتفاع 12 كيلو متر، ويدور بسرعة 800 كيلومتر/ ساعة، وهنا ملحوظة أن ثورات البراكين والتفجيرات التي تجري على سطح الأرض تعلق أتربتها في تلك الطبقة فيحملها "**التياران النفاثان**" لمدة سنوات طويلة قبل أن تتمكن من الهبوط كذرات رماد إلى سطح الأرض مرة أخرى، وهاتان الطبقتان معًا تُعرفان بالطبقة السفلى للجو.

2- **طبقة الستراتوسفير**: يُسميها العلماء "المنطقة المتوسطة"، وهي طبقة جافة وأقل كثافة لشدة التفاعلات التي تحدث بها، وتحتوي مع طبقة **التروبوسفير** على نسبة 99% من "الهواء"، وهي تنقسم إلى قسمين:

الطبقة السفلي: **السلفيتوسفير**: أي الطبقة الغازية الكبريتية التي تحتوي على جزيئات عالية من الكبريت بارتفاع حوالي 13 كيلومتر.

الطبقة العليا: **الأوزونوسفير**: تحتوي على غاز الأوزون، الذي ينتج باتحاد 3 ذرات من الأكسجين بالتفاعل مع الأشعة التي تنبعث من الشمس بسرعة 300,000 كيلومتر / ثانية، وتحتوي على: الأشعة فوق البنفسجية والإشعاعات الأخرى، القصيرةِ جدًا مثل أشعة جَاما والأشعة السينيةَ، والطويلة جدًا مثل أشعة المايكروويف، وتصِل نسبة الأشعة فوق البنفسجية إلى حوالي 7% مِنْ الإشعاعِ الشمسيِ الكليِّ، وتعمل طبقة الأوزون كمرشح حيوي يمنع وصول الأشعة الضارة والفتاكة إلى الأرض، التي يسبب أغلبها الأمراض القاتلة مثل السَّرطان، وبخاصة سرطان الدم عند الأطفال "**اللوكيميا**"، وأثناء العمليات الحيوية تتحول الأشعة فوق البنفسجية إلى أشعة تحت الحمراء، وتتولد نتيجة لتلك التفاعلات حرارة شديدة تعمل طبقة الأوزون على منع تسربها إلى سطح الأرض، فتمتص 99% من الأشعة فوق البنفسجية، ويتبدد الباقي في الطبقات العليا، ولا تسمح إلا للإشعاعات غير الضارة مثل الضوء المرئي وموجات الراديو وجزء من الأشعة فوق البنفسجية التي يتم تصفيتها وتصل إلى الأرض بكمية محدودة فتمر بشكل جزئي، وتكون ضرورية لعملية التمثيل في النباتات، ولبقاء الكائنات الحية.

3- **طبقة الميزوسفير**: وتسمى الطبقة الغازية التي عندها يبدأ احتراق الشهب والنيازك ليكتمل احتراقه في طبقة الأوزونوسفير، فعندما يدخل النيزك (الصغير طبعًا) إلى الطبقات العليا من الجو تزيد درجة حرارته عن 2000 درجة مئوية نتيجة الاحتكاك، ثم يدخل إلى هذه الطبقة فتفاجئه درجات الحرارة الأقل من 100

درجة تحت الصفر فيتحطم ويتحول إلى أجزاء، تحترق وتتلاشى في طبقة الأوزونوسفير.

4- **طبقة الإيونوسفير**: يُسميها العلماء "الطبقة العلوية"، التي تحدث فيها عمليات تأين الغاز الموجود في تلك الطبقة، حيث تنشطر الإلكترونات عن ذراتها وتصبح حرة، وتتحول إلى شحنات موجبة، نتيجة شدة اصطدام الأشعة الشمسية بها، والتي تدخل الغلاف الجوي بسرعة 300.000 كيلومتر / ثانية، فينتج عن ذلك نشوء طاقة كهربائية قوية، بالإضافة إلى درجة حرارة تبلغ 1000 درجة مئوية في المنطقة الوسطى منها، وتلك الذرات المتأينة تعكس موجات الراديو، لذلك كان للنشاط الشمسي أكبر الضرر على الاتصالات اللاسلكية، وهذه المنطقة هي التي تحدث فيها ظاهرة الشفق القطبي الذي يطلق عليه "**أضواء الشمال الجميلة**"، أو "**فجر اللؤلؤ**"، وهو على شكل أنوار وتوهجات بديعة تملأ السَّماء بألوان متعددة.

هالة القطبين الشمالي والجنوبي للأرض

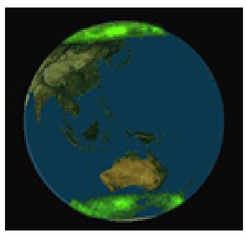
فجر اللؤلؤ أو الشمال الجميلة أضواء

يطلق عليها اسم: (هالة بورياليس) و (هالة أستراليس)، وكان أول من سجَّل رؤيتها هو: القبطان كوك المستكشف الذي عاش في القرن الثامن عشر، فقد سجل ذلك القبطان أثناء إحدى الرحلات التي قادته إلى جنوب المحيط الهاديء أن "ظاهرة ما بدت في السماء تشبه في جوانب كثيرة منها الهالة الضوئية المسماة بورياليس".

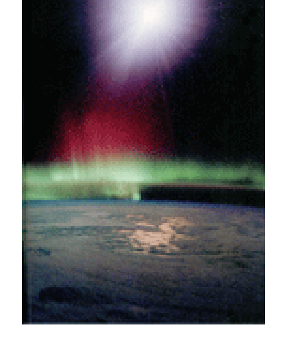
ومع التقدم العلمي أمكن تعليل سبب حدوث تلك الأضوية الجميلة والرائعة في كلا القطبين في أوقات معينة من العام، وتم الربط بينها وبين فترات الهياج الشمسي، فتبيَّن أن: أنوار الهالات تظهر عند اصطدام الرياح الشمسية العاتية بالجزيئات السريعة الحركة (إلكترونات وبروتونات) المحاصرة في الحقل المغناطيسي، فينتج عن ذلك الاصطدام ألوان خضراء وحمراء غاية الروعة، وهي في الحقيقة عبارة عن: العواصف المغناطيسية العاتية التي تتلاطم فيها الجزيئات عبر خطوط الحقول المغناطيسية المشحونة بالطاقة، التي تهبط بالقرب من القطبين الشمالي والجنوبي، ويؤدي ذلك إلى بروز أضواء ملونة في حلقة مساحتها 4023 كيلومتر حول كل من القطبين.

ويشار إلى أن الليالي الخريفية توفر أحسن الأوقات لمشاهدة هالة القطب الشمالي، ويتوقع العلماء أن يكون بالإمكان رؤية هالة القطب الشمالي بالتحديد من الأماكن المرتفعة وذلك خلال النصف الثاني من شهر أكتوبر/ تشرين الأول من كل عام تقريبا، أو خلال فترات الهياج الشمسي التي تحدث عادة في الخريف.

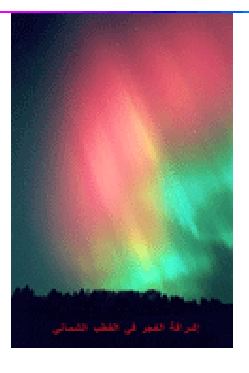
وفي يوم 22 أكتوبر/ تشرين الأول 2004، المسبار **بولار** التابع لوكالة الفضاء الأمريكية (ناسا) صور بواسطة جهاز خاص على متن المسبار ظهر فيها الهالتين القطبيتين بشكل متزامن بقدر كبير من الوضوح، وكانت هذه هي أول مرة يتسنى فيها تصوير ضوء يلمع بشكل متزامن في القطبين الشمالي والجنوبي، فعكف العلماء على دراستها للتعرف على التفاعلات المتولدة عن الهالتين.



لأول مرة أضوية الشمال والجنوب معا



أضوية الشمال من المحطة المدارية



أضوية الشمال الجميلة

ولعل أضوية الشمال والجنوب التي يمكن رؤيتها بالعين المجردة في أوقات معينة من السنة هي خير دليل على ما يحيط بكوكب الأرض من طاقة تتجمع في منطقة القطبين وهي تماثل طاقة المغناطيس تماما عندما تظهر آثار قوته في قطبيه الشمالي والجنوبي عندما يجمع برادة الحديد حولهما.

وتلك الأضوية في الحقيقة هي ناتج تفاعلات الرياح الشمسية مع الأحزمة المغناطيسية التي يطلق عليها: "أحزمة فان ألن المغناطيسية"، أو ما يسمى بالغلاف الجوي الخارجي الذي يحمي الغلاف الجوي ويعتبر من عجائب خلق الله تعالى.

الغلاف الجوي الخارجي

أو "أحزمة فان ألن المغناطيسية"

وهي التي اكتشفها العالم "جيمس فان ألين" عام 1958، أستاذ علم الفلك بجامعة ولاية أيوا الأمريكية، من واقع معلومات القمر الصناعي المُستكشف Ist، فأثبت أن الأرض تملك أضخم حقل مغناطيسي بين مجموعة كواكب النظام الشمسي، نتج بالتفاعل بين القلب الصلب للأرض المكون من النيكل كروم وبين الرياح الشمسية، وتكريمًا لذلك العالم أُطلِق اسمه على الحزام الأعلى الذي يحفظ كوكب الأرض، وتوسعت الدراسات بعد ذلك عن تلك الأحزمة، فأثبت العلماء أن كثافة الأرض أعلى من كثافات باقي الكواكب في النظام الشمسي، مما أوجد لها حماية مغناطيسية قوية جدًا تدفع عنها مضار الرياح الشمسية العاتية، وتجعل الحياة ممكنة على سطح الأرض، ووجد العلماء أن الأرض تنفرد بمثل ذلك الدرع وحدها دون سائر كواكب النظام الشمسي، ولا يوجد مثله إلاَّ لكوكب المريخ الصخري، ولكنه أقل من حقل الأرض المغناطيسي بمائة مرة، مما يجعل من أحزمة "**فان ألين**" المغناطيسية تصميم فريد خاص بكوكب الأرض فقط.

طبقات الغلاف الجوي الخارجي

طبقة الإيكسوسفير

Exosphere

أحزمة فان ألن المغناطيسية أو

Van Allen Magnetosphere Belts

وهي كما ذكرنا من قبل قد نتجت بتفاعل حقلُ الأرض المغناطيسي مع الرياح الشمسية، وهي عبارة عن حلقاتَ من الغاز المُؤَيَّن (أو البلازما) حُصرت في مدار حول الأرض يحيط بغلافها الجوي الداخلي، **و**يبلغ ارتفاعها 64.000 كيلومتر فوق الغلاف الجوي الداخلي، وعلى مدي الخمسين عامًا الأخيرة أثبتت الدراسات التي قام بها العلماء أن تلك الطبقة التي تحتوي على الأحزمة المغناطيسية تتألف من الإلكترونات والبروتونات الحرة، وأن هناك ثلاثة أحزمة رئيسية: حزامان من الإلكترونات وحزام واحد من البروتونات، وحزام رابع من البلازما يتداخل مع الحزامين الأول والثالث ليشكلوا جميعًا الغلاف الجوي الخارجي أو المغناطيسي لكوكب الأرض، الذي يتراوح فيه معدل الطاقة الناتجة عن التفاعلات من 1 - 100 مليون فولت، (بينما تأيُن جزيئات الغاز في طبقة **الإيونوسفير** يعطي طاقة عند أعلى معدل من التفاعلات تصل إلي حوالي 200,000 فولت فقط)، وتلك الأحزمة هي:

الحـزام الأول: ويسمى أيضًا: **طبقة الثيرموسفير**: ويبدأ من ارتفاع حوالي 500 كيلومتر فوق سطح الأرض ويمتد إلى حوالي 9600 كيلومتر، ويتكون ذلك الحزام من البروتونات التي تتداخل مع طبقة **الإيونوسفير** (العليا من الغلاف الجوي الداخلي)، وتصل طاقة التفاعلات فيه إلى حوالي 10 مليون فولت، حيث

تتراوح طاقة الإلكترونات وحدها بين 1 - 5 مليون فولت، وتَرتفع درجات الحرارة في تلك المنطقةِ كلما زاد الارتفاع بِسبب طاقةِ أشعة الشمس، و تصل درجات الحرارة إلى 1727 درجة مئوية، وتَحْدثُ التفاعلات الكيميائية أسرع بكثيرُ مِن سطحِ الأرض.

الحـزام الثاني: يبدأ من ارتفاع حوالي 7600 كيلومتر فوق سطحِ الأرض ويمتد إلى حوالي 13000 كيلومتر، ويتكون ذلك الحزام من الإلكترونات الحرة التي تحمل طاقة مقدارها يتراوح من 10 – 20 مليون فولت.

الحـزام الثالث: يبدأ من ارتفاع 13000 كيلومتر إلى 19000 كيلومتر، وتبلغ طاقة الإلكترونات حوالي 60 مليون فولت.

الحـزام الرابع: يبدأ من ارتفاع 50.000 كيلومتر إلى 65.000 كيلومتر، وتبلغ طاقة الإلكترونات خلاله حدها الأقصى الذي يصل إلى حوالي 100 مليون فولت، وتعمل تلك الأحزمة بِشكل دائم على حِمَاية الحياة على الأرض من أخطار الانفجارات الشمسيَّة العظيمة، وتماوجات الطاقة العاتية التي تهب على كوكب الأرض نتيجة انفجارات النجوم البعيدة في الفضاء الخارجي.



بالأرض الرياح الشمسية التي تعصف



ذيل أحزمة فان ألن المغناطيسية

طبقات أحزمة فان ألن المغناطيسية

وتلك الأحزمة لا شك أنها من أعظم نعم الخالق التي ذكرها في القرآن الكريم بقوله تعالى:

{**أَأَنْتُمْ أَشَدُّ خَلْقًا أَمْ السَّمَاءُ بَنَاهَا** * **رَفَعَ سَمْكَهَا فَسَوَّاهَا** * **وَأَغْطَشَ لَيْلَهَا وَأَخْرَجَ ضُحَاهَا** * **وَالأَرْضَ بَعْدَ ذَلِكَ دَحَاهَا** * **أَخْرَجَ مِنْهَا مَاءَهَا وَمَرْعَاهَا** * **وَالْجِبَالَ أَرْسَاهَا** * **مَتَاعًا لَكُمْ وَلأَنْعَامِكُمْ**} سورة النازعات، الآيات من 27-33.

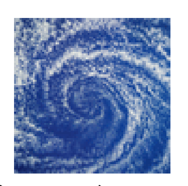
وبيَّن أنَّ هالة كوكب الأرض - الغلاف الجوي الداخلي والخارجي، الذي يحمي به حياة المخلوقات في الأرض - يوجد وراؤها ظلام دامس وبرد قارس يصل إلى 270 درجة تحت الصفر، كما أشار إلى ذلك في قوله تعالى: {**أَوْ كَظُلُمَاتٍ فِي بَحْرٍ لُجِّيٍّ يَغْشَاهُ مَوْجٌ مِنْ فَوْقِهِ مَوْجٌ مِنْ فَوْقِهِ سَحَابٌ ظُلُمَاتٌ بَعْضُهَا فَوْقَ بَعْضٍ إِذَا أَخْرَجَ يَدَهُ لَمْ يَكَدْ يَرَاهَا وَمَنْ لَمْ يَجْعَلْ اللَّهُ لَهُ نُورًا فَمَا لَهُ مِنْ نُورٍ**} سورة النور، الآية رقم: 40.

طاقة كوكب الأرض

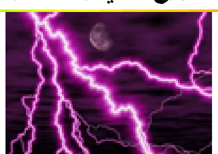
هي: مجموع ما تحتويه عناصر الأرض من طاقة صادرة عن مكوناتها الغازية مثل: الأكسجين والنتروجين، والسائلة مثل: الماء والصهير، والصلبة مثل: الحديد والسليكون، ويقدر حجم الأرض بحوالي 1141.19 بليون كيلومتر مكعب، وتبلغ كثافتها الوسطية 5.83 جرام / سنتيمتر مكعب، وتبين عند مسح سطح الأرض بالأقمار الصناعية أن القطب الشمالي على شكل قبة وأن المسافة بينه وبين خط الاستواء 6378 كيلومتر، تزيد بمقدار 21 كيلومتر عن المسافة إلى القطبي الجنوبي، وأن القطب الجنوبي مقعر للداخل ويقع في منطقة تنخفض حوالي 15 مترًا عن سطح البحر.

ويغطي الماء 71% من سطحِ الأرض، ويعمل ثاني أكسيد الكربونِ في الجوِّ على صيانةِ درجةِ حرارة الأرضَ السطحيّةَ عن طريق عمل غطاء البيت الزجاجي، فترتفع إلى حوالي 35 درجةَ مئوية، وتعمل المحيطات على إبقاء درجة حرارة الأرض مستقرة نسبيًا، وتنقسم الأرضَ إلى عِدّة طبقات.

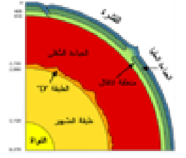
وتعد الأرض الجسم الرئيِسي الكثيف في النظامِ الشمسي، والتي قامت فيها الحياة دون سائر كواكب المَجموعة الشمسية، فبدأت اليابسة قطعة واحدة تتشكل من مَجموعة أطباق صلبة Separate solid متداخلة يحيط بها الماء، ثم بدأت تنفصل وتشكل القارات، ثم استمر التباعد بين الأطباق بفعل الغليان الكبير المستمر للحمم المنصهرة في باطن الأرض.



نتيجة التفريغ الذي يحدث بين الشحنات السالبة والموجبة الدوامات الهوائية في الغلاف الجوي



الرعد وطاقته المغناطيسية



طبقات الأرض

القمر وعلاقته بالطاقة



والعاطفي السوائل بالمد والجزر، كما يؤثر في حالات الصرع والهياج النفسي يؤثر القمر في

يناهز عمره 4 بليون سنة، ويكمل دورته حول الأرض في 29.5 يومًا (709 ساعة)، في مدار يبعد عن الأرض في المتوسط بمقدار 384,400 كيلومتر، أما قطره فيساوي 3476 كيلومتر، وحجمه جزء من 50 جزء من حجم الأرض، شكل رقم (37), أما تضاريس سطحه فهي صحراوية بوجه عام، وتسيطر عليها سلاسل الجبال المرتفعة، وفوهات البراكين الخامدة، شكل رقم (38), وكثافة القمر وسطيًا 3.37 جرام/ سنتيمتر مكعب، وجاذبيته تساوي 0.16 من جاذبية الأرض، وتحتاج إلى سرعة إفلات قدرها 2.4 كيلومتر/ ثانية، بينما تحتاج الأرض إلى سرعة مقدارها 11.4 كيلومتر/ ثانية.

والقمر بدون جو ولا حقل مغناطيسي، وسطحه مكشوف مباشرة للرياح الشمسيةِ، ويظهر ذلك واضحًا من تحليل عينات الصخور، ما مجموعه 382 كيلوجرام التي أحضرتها مركبات لونا وأبوللو في رحلاتهما الفضائية إلى القمر وتبين من فحصها احتواؤها على نسبة عالية من إيونات الريح الشمسية، وأول زيارة تمت للقمر بالمركبة الفضائيةِ السوفيتيةِ "لونا 2" في 1959، وتمكنت من الهبوط على سطحه عام 1969، أما الإنزال الأول في 20 يوليو (تموز) 1969، فكان لرائد الفضاء "نيل أرمسترونج" الذي نال شرف أول إنسان تطأ قدمه سطح القمر.

ويسير القمر في خط مُتعرج بسُرعة 18 كيلومترًا / الثانية، وهو يؤثر على السوائل الموجودة في المحيطات والبحار، كما يؤثر على السوائل الموجودة في جسم الإنسان بأنواعها (الدموية والليمفاوية والنخاعية)، ويتحكم في عمليتي **المد والجزر** في الماء والهواء والأرض، مما يُحْدِث تغييرًا في **المجال المغناطيسي**، وهذا بدوره يُؤثر على شحنة **مجالنا الحيوي** Biologic Field، ويصل ذلك التأثير إلى قِمَّـته الإيجابية عند **اكتمال القمر**، كما يصل إلى قِمَّـته السلبية بعد أسبوعين عند بزوغ القمر الجديد "**المحَـاق**"، مما يكون له أبلغ الأثر على حياة الإنسان واستقرار توازنه العقلي وتكوين مزاجه الشخصي.

ويُبطئ القمر من دوران الأرض بحوالي جزء من الألف من الثانية في القرن، وتشير الدراسات الحديثة والأبحاث التي جرت في ذلك المجال أنَّه قبل حوالي 900 مليون عام، كانت السنة 481 يوم، واليوم 18 ساعة.

ولقد أثبتت تجارب العلماء أنَّ **مجالتنا الكهربائيَّة**، تكتمل شحنتها **المُوْجبة** عند **اكتمال القمر**، ولهذا فنحن في ذلك الوقت نجذب إلينا **الإيُّونات السَّالبة** Negative Ions، ونكون أكثر نشاطًا، وهو ما يُفسِّر حقيقة أنَّ الأشخاص المُصابين عقليا يصلون إلى **قِمَّة هَياجهم** في تلك الفترة، وأنَّ الإنسان **ينزف بسهولة** أكثر أثناء **اكتمال القمر**، وهكذا يُحقق لنا المجال الحيوي ارتباطًا مُتصلاً بالأحداث الدَّوْريَّة في مُحيطنا.

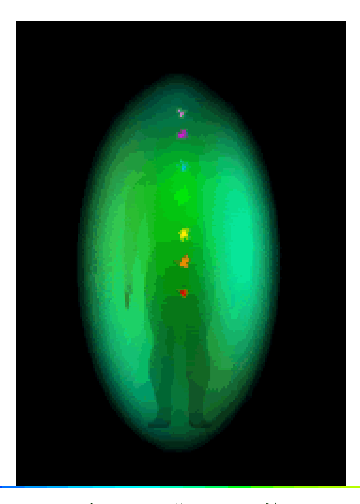
ولتأكيد تلك التغييرات تقوم **الأشعَّة الكونيَّة** Cosmic Rays في الغلاف الجوي بإنتاج الهـوَاء المُـتأيِّن، الذي يتفاعل مع مجالنا الحيوي ويُضخِّم استجابتنا، فنحن على درجة عالية من الحساسية بالنسبة للقمر، لكن هذه الحساسية يتم تعديلها بأحداث كونيَّة أخرى تجري في المجرات والنجوم على بُعْدٍ من السنوات الكونيَّة الضوئيَّة.


الفصل الثاني

الهَالة أو الغلاف البشري

في الماضي البعيدِ وحتى اليوم، كان هناك أناسٌ قادرون على رُؤية الهالاتِ التي تحيط بالبشر، بعيونهم المُجردة، بدليل تلك الرسوم والنقوش التي وجدت على جدران المعابد الفرعونية، والرومانية واليونانية القديمة، والكهوف المتفرقة في العالم، في ليبيا، وتشيلي، وفي أستراليا غرب كيمبيرلي Kimberleys وتلك النقوش يرجع تاريخها إلى ما قبل التاريخ، أي منذ آلاف السنين والفنانون يقومون بنقش وتصوير أناسٍ بالهالاتِ الذهبيةِ، مما جعلنا متأكدون أن كثيراً منهم كان يُسجل ما يراه حقيقة بعينيه، وظل أسلافنا يتحدثون عن وجُود الهالةِ النورانية التي تختلف بألوانها وأشكالها حول الناس، إلى أن اكتشف **سيمون كيرليان** Kirlian Semyon وجود صورة "**الهالة النورانية**" في آلته الفوتوغرافية سنة 1939، أثناء عملية تصوير قام بها بالاشتراك مع زوجته وسط مجال كهربائي عالي، ويُعتبر **كيرليان** أول إنسان يلتقط صورة الهالة، ويستحق أن يطلق اسمه على آلات التصوير التي عمل على تطويرها بعد ذلك وسجل منها أربع عشرة براءة اختراع، ويتسابق العلماء في تطوير أجهزة تصوير الهالات التي أصبحت تشكل أحدث تقنيات الكشف المبكر عن الأمراض في المراكز الصحية المتقدمة حول العالم.

وإننا لنجد أنوار الهالة مذكورة في الرسالات السماوية التي أكدت وجود النور المحيط بالمؤمنين، بل وأكدت أن كل المخلوقات والكائنات تشترك في هذا النور وأنها جميعًا في حالة حياة من نوع خاص لكل منها، وإليكم الدليل:



الصور منقولة عن مواقع صديقة متخصصة

الدَّليل علىَ وجُود الهَالة من الشرائع السَّمَاويَّة

أولا من العهد القديم

- في نص صريح يُعبر عن نورانية نفوس أهل الخير، بينما يَموج الظالمون في ظلام دامس: "**نور الصديقين يفرح، وَسِرَاجُ الأشرار ينطفئ**"، (الأمثال 13 : 9).
- وفي نص آخر دليل على أن الناس جميعًا كان لديهم ذات النور، فمنهم من يزداد نورهم، ومنهم من يخبو حتى يصبحون بلا نور: "**ويمنع عن الأشرار نورهم، وتنكسر الذراع المرتفعة**"، (أيوب 38 : 15).
- أنوار الصالحين والدعاة كأنوار السَّماء، أو الكواكب الدريَّة فيها: "**والفَاهِمُونَ يُضِيئونَ كضياءِ الجلدِ، والذين رَدُّوا كثيرينَ إلى البر كالكواكبِ إلى أبد الدهور**"، (دانيال بالتتمة 12 : 3) **الجلد**: السماء Expanse of heaven، ترجمة.NAS
- نزلت الرسالات السماوية لتقويم أخلاق الأمم، وإصلاح نفوس البشر: "**هكذا من سبَّ أباهُ أو أمهُ ينطفئ سراجه في حَدقة الظلام**" (الأمثال 20 : 20).
- وهذا نص صريح بأن أهل الباطل والفجور يعيشون في ظلام الدنيا، ويذهبون إلى الهاوية في ظلام، ويُبعثون يوم القيامة في ظلام: "**لأنه في الباطل يجيء، وفي الظلام يذهب، واسمه يغطى بالظلام**"، (الجامعة 6 : 4).

ثانيا من العهد الجديد

- أنوار الشريعة لا تعطى إلاَّ للمؤمنين أتباع الرسل: "**أنا هو نور العالم من يتبعني فلا يمشي في الظلمة بل يكون له نور الحياة**"، (يوحنا 8 : 12).
- وفي نص يشجع الإنسان على العمل: "**انظر إذا لئِلا يكون النور الذي فيك ظلمة**"، (لوقا 11 : 35).
- الإيمان والعمل بمكارم الأخلاق هما النبع الصافي لهالة الروح: "**كان النور الحقيقي الذي ينير كل إنسان أتيا إلى العالم**"، (يوحنا 1 : 9).
- وفي خطاب واضح تمامًا للمؤمنين أصحاب الهالات النورانية: "**ما دام لكم النور، آمنوا بالنور؛ لتصيروا أبناء النور**"، (يوحنا 12 : 36).
- وفي إنجيل لوقا تعدت النصيحة إلى النتيجة التي لابد أن يصل إليها المخالفون للشريعة: "**سراج الجسد هو العين فمتى كانت عينك بسيطة فجسدك كله يكون نيرًا، ومتى كانت شريرة فجسدك يكون مظلما**"، (لوقا 11 : 34).

ثالثا من القران الكريم

أثبت القرآن الكريم أنَّ "**هالة الرُّسُل**" أقوى من ضَوْءِ الشمس، فالنَّبي مُحمد صلى الله عليه وسلم لم يُرَ له ظلٌ وقع على الأرض قط، ونفهم ذلك من قوله تعالى: (**يَاأَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا * وَدَاعِيًا إِلَى اللَّهِ بِإِذْنِهِ وَسِرَاجًا مُنِيرًا**)، (سورة الأحزاب، الآيتان 45،46)، وعن كونه سراجًا مُنيرًا ما تناقلته كتب السِّيرة: (أنه لم يقع ظله على الأرض ولا رُؤى له ظِلٌ في شمس ولا قمر).

- وتلك الهالات تكون أشد لدى المُؤمنين بالرسالات السماوية في كُلِّ زمانٍ، وهو قوله عن القرآن الكريم: (**كِتَابٌ أَنزَلْنَاهُ إِلَيْكَ لِتُخْرِجَ النَّاسَ مِنْ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ**)، (سورة إبراهيم، الآية رقم: 1).
- ووصف القرآن الكريم حال الأنوار التي تكتنف من يتبع الرسل بالمقارنة مع من ينقلب على عقبيه، في قوله تعالى: (**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا**)، (سورة الأنعام، من الآية 122).
- فإذا اجتمع الناس ليوم القيامة تمايزوا بالنور، ونتأمل قوله تعالى: (**يَوْمَ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ لِلَّذِينَ آمَنُوا انْظُرُونَا نَقْتَبِسْ مِنْ نُورِكُمْ قِيلَ ارْجِعُوا وَرَاءَكُمْ فَالْتَمِسُوا نُورًا**)، (سورة الحديد، من الآية 13).
- ولقد أثبت القرآن الكريم أن تلك الهالة تتلون تبعا لحالة صاحبهَا من إيمان وكفْر، قوله تعالى: (**يَوْمَ يُنْفَخُ فِي الصُّورِ وَنَحْشُرُ الْمُجْرِمِينَ يَوْمَئِذٍ زُرْقًا**)، (سورة طه، الآية 102)، فأشار بذلك إلى حقيقة حرمان المجرمين من نورهم لسوء سلوكهم في الحياة الدنيا.
- كما أثبت أن النور حسي حقيقي، وليس نورًا معنويًا، وهو لا يفارق الرُّوح أبدًا في مراحلها كافة، قوله تعالى: (**يَوْمَ لاَ يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَى بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا أَتْمِمْ لَنَا نُورَنَا وَاغْفِرْ لَنَا إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ**)، (سورة التحريم، الآية 8).

رابعا من الأحاديث الشريفة

- **نور المؤمنين الذين صبروا على البلاء في الدنيا كنور الشمس**، عن عبد الله بن عمرو بن العاص، قَالَ: كُنَّا عِنْدَ رَسُولِ اللهِ r يَوْمًا حِينَ طَلَعَتِ الشَّمْسُ فَقَالَ: "**سَيَأْتِي أُنَاسٌ مِنْ أُمَّتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ نُورُهُمْ كَضَوْءِ الشَّمْسِ، قُلْنَا: مَنْ أُولَئِكَ يَا رَسُولَ اللهِ؟، فَقَالَ فُقَرَاءُ الْمُهَاجِرِينَ وَالَّذِينَ تُتَّقَى بِهِمُ الْمَكَارِهُ يَمُوتُ أَحَدُهُمْ وَحَاجَتُهُ فِي صَدْرِهِ يُحْشَرُونَ مِنْ أَقْطَارِ الْأَرْضِ**" (مسند الإمام أحمد، برقم: 6363).
- **أعرفهم بنورهم**، عَنْ أَبِي ذَرٍّ وَأَبِي الدَّرْدَاءِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ r قَالَ: "**إِنِّي لأَعْرِفُ أُمَّتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ بَيْنِ الأُمَمِ، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَكَيْفَ تَعْرِفُ أُمَّتَكَ؟، قَالَ: أَعْرِفُهُمْ يُؤْتَوْنَ كُتُبَهُمْ بِأَيْمَانِهِمْ، وَأَعْرِفُهُمْ بِسِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ، وَأَعْرِفُهُمْ بِنُورِهِمْ يَسْعَى بَيْنَ أَيْدِيهِمْ**" (مسند الإمام أحمد، برقم: 20745).

تصوير الهَـــالة بأجهزة كيرليان

ثبت علميًا بالتصوير باستخدام أجهزة "**كيرليان**" المختلفة أنَّ **الهَالـَة** ذات طبيعة **حَيَويَّة كهرُبَائيَّة روحِية،** وأنها تتأثر بالمغناطيس والكهرباء والمواد الكيميائية والحالة الصحية والنفسية للشخص، ويمكن لبعض الأشخاص الموهوبين رؤية الهَالة بأعينهم إذا نظروا لشخص ما أمكنهم رؤية الأشعة الصادرة من جسمه، وبالتمرين يُمكن معرفة مَعاني الألوان المُصاحبة لتلك الأشعة.



أجهزة تصوير الهالة

كيف يُمكن رؤية الهَالة؟

تنتشر استوديوهات تصوير الهالة التي نرى صورها على هذه الصفحة، والتي يمكن من خلال هذه الصور تقييم حالة الشخص الصحية والنفسية أيضًا بواسطة تقرير يظهر على الحاسوب، ويستطيع المعالجون معرفة الحالة التي يكون عليها الشخص بمجرد النظر إلى ألوان الهالة، وتمنيت أن يكون عندنا منها ما يخدم مراكزنا الطبية لمصلحة المرضى، وأدعو الله أن يكون ذلك قريبًا، وللمزيد يمكن مراجعة كتابي: "**الهالة النورانية التي تحيط بالإنسان والكائنات**".

وللمزيد عن نظم وأجهزة تصوير الهالات يمكن مراجعة أصدقاء متخصصون في إنتاج وتطوير مختلف أجهزة تصوير الهالة للأغراض الشخصية والطبية وتجهيزات محطات تصوير الهالة، ويمكن التخاطب مع: **مستشارة الأنظمة** التي أوردت بياناتها للتخاطب المباشر معها عبر **البريد الإلكتروني** أو الهاتف؛ لتقديم أفضل خدمة ممكنة، وأفضل عروض الأسعار، وعنوانها:

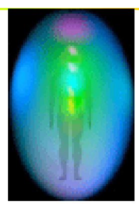
Ms. Karenina Nallick
Aura Video Systems Consultant
Inneractive Enterprises, Inc.
Venice, California USA
Karenina@aura.net

الأطفال وألوان الهَــالة

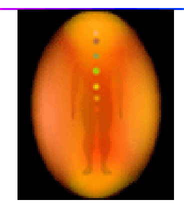
أغلب الأطفال حتى عمر 5 سنوات تقريباً يَرونَ الهالاتَ بصورة طبيعية، يشاهدون الشخص الواقف أمامهم تعلو هالته رأسه بألوانها، وقد يزعجهم لون الهالةِ فوق رأس الضيف ويَبْكون إذا كان لونها مختلفاً كثيراً عن هالةِ والدِهم، مهما كانت ابتسامة ذلك الضيف عريضة، ومهما قدم من عروض لكسب الود.

الأطفال عنْدَهُمْ هالاتُ أقوى مِنْ أغلب البالغين الذين ينغمسون بالكامل في أدران العالمِ المادي، وقد يصل الطفل إلى عمر 12 سنة وهو يرى هالته وهالات الآخرين بشيء من التدريب والاستعداد، ويظل ذلك الصبي يرى شبح الهالة حتى يشب وتتفتح غرائزه على الدنيا وملذاتها، فتتلاشى من أمامه الصورة رويداً رويداً، ولكن يندر من يكبر وتلازمه موهبة رؤية الهالات، وهؤلاء هم ذوي المواهب الخاصة جداً، أو المس الروحي.

تأثير سلوك الإنسان على ألوان الهالة



هالة تدل على الحيوية والرومانسية والخيال





هالة تدل على الذكاء والإبداع الفكري

انتشرت في الولايات المتحدة وأوربا، وكثير من دول المشرق تلك العيادات التي تشخص الأمراض وتعالجها اعتماداً على ألوان الهالة، والحقيقة أنه بدراستي المتعمقة للطرق المتبعة في العلاج بالطاقة الحيوية، بدا لي اعتمادهم الكبير في العلاج على تحسين سلوك الشخص نحو الآخرين، وجعلوا مراحل العلاج تمر أولاً بصلاة من النوع الذي يُحبه كل شخص؛ لصرف انتباهه عن الدنيا، والإقبال على البرنامج المعروض، ثم يُطلب منه جلسات استرخاء تقارب جلسات اليوجا، ثم يتوالى تطبيق البرنامج ليصلوا به في النهاية إلى إقناعه بفكرة: أنه عندما يُحب الآخرين فإن فائدة ذلك تعود إليه لا شك، وأنه عندما يقدم عَونا للمحيطين به فإن تلك الإيجابية منه تغير ألوان هالته إلى الأفضل، وفي نهاية المرحلة يقدموا له صورة الهالة بعد نجاحه في عبور مرحلة الكآبة التي كانت تسود حياته، ويُطالبونه بالمسير على الدرب وإلاَّ ضاع منه الطريق مرة أخرى.

يمكن ببساطة شديدة أن نقول: ليست صحة الهالة فقط هي التي تتأثر بمكارم الأخلاق، بل صحة جسم الإنسان بالكامل، وحيويته وسعادته في الاستقامة والمسير على الدرب، فكم أشعر بالراحة النفسية تسري في أوصالي عند عمل كل خير، وعقب خدمة الآخرين، وبخاصة من يطرقون بابك، فهل تذوقت يوماً ذلك الرضا من أعماق نفسك؟.

ولذلك امتدح الله تعالى أخلاق النبي f، بقوله: {**وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ**}، سورة القلم، الآية 4.

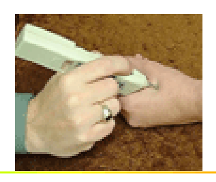
وعن أبي هريرة، أن رسول الله f قال: "**بُعثتُ لأتممَ مكارمَ الأخلاق**"، رواه الإمام مالك في الموطأ، حديث رقم: 1609.

وفي الحديث حض على مكارم الأخلاق، عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنِ عَمْرٍو، أنَّ النَّبِيَّ f قالَ: "**إِنَّ مِنْ خِيَارِكُمْ أَحْسَنَكُمْ أَخْلاَقًا**"، رواه الإمام البخاري، حديث رقم: 3295.

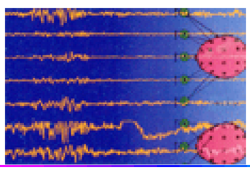

الفصل الثالث

ملخص تعريفات الطاقة الحيوية

هي في كوكب الأرض: المجال الحيوي الكهرومغناطيسي الذي يحفظ فيها الحياة، وهو المجال المغناطيسي للكرة الأرضية المتعدد الأوشحة الذي يحيط بها.
وهيَ في المجرة: محصلة الطاقة المنبعثة من كل ما تحتويه تلك المجرة من: كواكب، ونجوم، وأقمار، ونيازك...
وهي في الكون: الطاقة التي تحفظ توازنه، وتؤثر في كل موجود تحت سقف السماء، في بحر هادر من مجالات الطاقة، التي تتناغم كلها معًا في منظومة الكون المترامي الأطراف.
وهي: نبضة الحياة في كل كائن حي، نواة، ذرة، خلية، فكرة، نبات، إنسان.. إلخ.
وهي: أحد أربع دعامات تقوم عليها الحياة، بجانب: الماء، والهواء، والطعام.
وهي: التي تعطي دِفعة البقاء لحياة المَخلوقات، وبدونها تنتفي الحياة.
وهي: القبس الذي يُغذي العَناصر بعضها من بعض، فإذا توقف عاد كل منها إلى أصله، فانتقلت بذلك من عالم الشريعة المعاصر إلى عالم الحقيقة الآخر.
وهي في الذرة: التي تعطي السرعة الخرافية لدوران الإليكترونات السالبة الشحنة، حول النواة الموجبة الشحنة.
وهي في الخلية: ناتج عمل الميتوكوندريا Mitochondria، حيثُ يتم خلط 22 إنزيمًا بقدر دقيق مَحسوب؛ فينتج عن ذلك: **الأدينوزين تراي فوسفات** Adenosine Tri Phosphate، الذي يُطلق عليه وقود الحياة في الخلية، ويُرمز له بالرمز A. T. P.
وهيَ في الإنسان: عنصر الحياة الذي يتغلغل في الجسم، فيعطيه القدرة على الحركة والنشاط وتفاعل العناصر؛ لتستمر الحياة، وبدونها تفارق الروحُ الجسد، وتنهدم الحياة.
وهي: التي يتم إنتاجها داخل الخلايا عن طريق التفاعلات الكيميائية داخل **الجسم**، لتعطيه القوَّة التي تمكنه من أداء وظائفه الحيويَّة.
وهي: أحد أربعة دعائم لحياة الإنسان، بجانب الهواء، والماء، والعناصر الغذائية.
وطاقة الإنسان الحيوية هي: مجموع طاقات كل خلايا الجسم وكل عضو من أعضائه.



جهاز تحديد اط الوخز بالإبر



موجات المخ الكهربائية

قياس الطاقة الحيوية بالأجهزة

وتلك الطاقة يمكن قياسها في خلايا الجهاز العصبي المركزي الدقيقة بالمليمتر فولت (**المليمتر فولت**: يساوي واحد على ألف من الفولت).

وهي عبارة عن: **تيار كهربائي عصبي** يُسمى: **تيار الجسيم الحسي** Reception potential، الذي يصل عندما يتفاقم إلى 100 ميلي فولت أو أكثر، يصل في العصبون (**العصبون** هو: نهاية التشابك العصبي في الخلية العصبية) المتحرض إلى – 45 ميلي فولت، بينما وهو مثبط يكون – 70 ميلي فولت، وتعمل هذه الطاقة على أشدها في الخلايا العصبية بقشرة الدماغ، الذي يحتوي كل مليمتر واحد منها على 100.000 خلية عصبية، و 3 مليارات تشابك عصبي، كل منها من 20 – 30 نانوميتر (**النانوميتر** جزء من مليار جزء من المتر)، إنه حقا عالم مذهل من الطاقة نعيش فيه، ويَعمل تلقائيًا بقدرة الخالق سبحانه وتعالى، وإذا فرطنا فيه، أو تدخلنا في عمله بعشوائية أفسدناه.

ويُمكن قياس تلك الطاقة في الأعضاء الكبيرة كالقلب، والجسم، وكوكب الأرض بالجاوس (**الجاوس** هو: وحدة قياس شدة المجال المغناطيسي)، وتتفاوت من خلية إلى خلية، ومن عضو إلى عضو، ومن شخص لآخر، ومن صغير إلى كبير، ومن نبات إلى حيوان، ومن صخرة إلى كوكب، ومن شمس إلى نجم إلى مجرة.

ولقد أثبتت التجارب التي تمت لقياس أداء الجسم وأعضائه أن عضلات القلب تعطي طاقة كهرومغناطيسية في أعلى قيمة لها تقدر **بمليون جاوس**، وتصل طاقة تقلص العضلات عند أعلى أداء إلى **عشرة ملايين جاوس**، ووجد أن أعلى معدل في الأداء يكون من الدماغ أثناء النوم، فيصل إلى 300 **مليون جاوس**، ويمكن أن يزيد عن ذلك في الحالات المرضية كالصرع، وللعلم فإن طاقة كوكب الأرض تقدر بأقل من **واحد جاوس**.

كيفية إنتاج الطاقة الحَيَويَّة داخل الجسم

تعتبرُ **الخليَّة** أصغر الكائنات الحيَّة في الوجود، التي تحتوي على عُضيَّات تعمل كمصانع كبيرة بدون توقف خلال حياة الخلية التي تمتد من ساعات إلى شهور حسب نوعية كل خلية، وتبدو الخليَّة كمدينة عظيمة تنتج كل ما يلزمها من **طاقة**، ومن **قوَّة** للدفاع عن نفسها.

أنَّ جسم الإنسان يحتوي على حوالي 100 تريليُون خليَّة، كلُّ منها كيانٌ مُذهلٌ يحتوي على تصميم بديع من الخالق العليم الحكيم.

يتراوح قطر الخليَّة من 7 - 20 ميكروناً، وتزن جزءاً من مليار من الجرام، ويُمكِنُ رؤيتها تحت المجهر الالكتروني بعد تكبيرها من 300 - 600 ألف مرة، فتظهر عُضيَّاتها بوضوح ـ والعُضيَّة تصغير عُضو.

تأخذ الخليَّة طاقتها عن طريق أجهزة **الميتوكوندَريا** وهي حويصلات بيضاويَّة مُحاطة بغشاءين، وتحتوي على حجيرات في بعضها خمائر مؤكسدة، تقوم بمهاجمة العوامل المُمرضة التي تهاجم الخليَّة فتبطل عُدوانِها وتعدِّل سُمومها، وفي حجرات أخرى عدد كبير من الإنزيمات التي توفر الطاقة للخليَّة من خلال حرق إنزيمات وأحماض نووية مختلفة، فيتم إنتاج الطاقة الخلويَّة الهائلة المُتمثلة في: **الأدينوزين ثلاثي فوسفات** Adenosine Tri Phosphate (A.T.P)

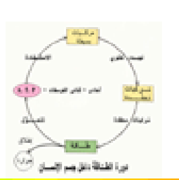
الميتوكوندريا أصغر أجهزة إنتاج الطاقة الحيوية

ويُعتبر جهاز **الميتوكوندَريا** أحد عُضيَّات الخليَّة، أصغر جهاز في الوجود لإنتاج الطاقة التي تلزم لتشغيل عُضيَّات الخلية، وعلى نشاطه تتوقف حياة الخلية حيث يقوم بإنتاج **الطاقة الحيَويَّة** من خلال تفاعلات كيميائية يُسيطر عليها **إثنان وعشرون** إنزيماً، وعدد كبير من الأحماض النوويَّة، التي توفر الطاقة اللازمة لتشغيل الخليَّة، فيتم إنتاج **الطاقة الخلويَّة الهائلة المُتمثلة في**: **الأدينوزين ثلاثي فوسفات**.

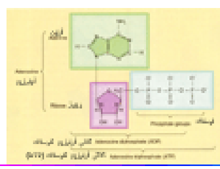
ويتكوَّن (ATP) من خِلال **تفاعلات مُعَقدَة** Complex Reactions، تتم في جانب من حجيرات **الميتوكوندَريا** بين: **الأدينين** Adenine، **وسُكَّر الرِّيبُوز** Ribose، **وعنصُر الفوسفات** Phosphate.

ويحرق الجسم **عشرة ملايين جُزيء / ثانية** من مادة **الأدينوزين ثلاثي فوسفات**، حيث **ينطلق جزيء فسفوري واحد ليُعطي طاقة هائلة**، ويبقى **الأدينوزين ثنائي فوسفات**، الذي يُعاد تكوينه من جديد.

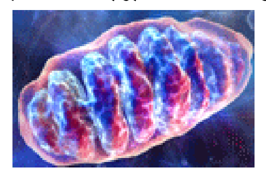
ولقد حصل العالم فريتس ليبمان الطبيب الاسكتلندي على جائزة نوبل سنة 1953م، لاكتشافه وصلة الطاقة العُليا (ATP)، (بالمشاركة مع الدكتور كريبس البريطاني).



دورة الطاقة الحيوية داخل الجسم



جدول التفاعلات الكيميائية لإنتاج الطاقة الحيوية



جهاز الميتوكوندوريون كما يبدو تحت المجهر



حجيرات الميتوكوندوريون التي يتم فيها إنتاج الطاقة

التفاعلات الكيميائية التي تتم لإنتاج الطاقة الحَيَويَّة

تنقسم إلى قسمين أساسيين:

- **التفاعلات اللاهوائية** Anaerobic Reactions.
- **التفاعلات الهوائيَّة** Aerobic Reactions.

أولاً: التفاعلات اللاهوائية Anaerobic Reactions:

وتنقسم إلى نظامَين:

أ - نظام إنتاج الطاقة الفوسفاتي ATP – PC System:

عن طريق **فوسفات الكرياتين** PC، أو عن طريق التمثيل الغذائي **للجيلكوجين** Glycogen Metabolism، في نظام إنتاج الطاقة الفوسفاتي، الذي يتحد فيه الـ ATP بالماء في عملية تسمى: **بالتحلل المائي** Hydrolysis، وتسير معادلته على النحو الآتي:

ثلاثي فوسفات الأدينوزين ATP + **ماء** ⇌ **ثنائي فوسفات الأدينوزين** ADP + **حمض فوسفوريك** PO4 + **طاقة للانقباض** (8 كيلو سعر حراري / جزئ).

ب - نظام الجلكزة اللاهوائية (التحلل الجليكولي) Glycolysis System:

يُدعى بمسار **أمبدن - مايرهوف** نسبة إلى العالمين الألمانيين: **جوستاف إمبدن** G. Embden **ـ وأوتو مايرهوف** O. Meyerhof، وفيه تتم التفاعــلات باتحاد الجيلكوجين بذرات **الفوسفات غير العضوية** التي يستفاد منها في ادخار طاقة التأكسد التي تظهر في صورة رابطة فوسفاتية غنية بالطاقة، ويتم ذلك في غياب الأوكسجين.

ثانياً: التفاعلات الهوائيَّة Aerobic Reactions:

وهي التي تتم في حالة توفر الأوكسجين الذي يُمكن أنسجة الجسم من أكسدة المواد الغذائية؛ للحصول على الطاقة اللازمة لإعادة بناء جزيئات المُرَكَّب العالي الطاقة، وهو: **الأدينوزين ثلاثي فوسفات** Adenosine Tri Phosphate، أي (A.T.P).

وهو الذي يمد خلايا الجسم بالطاقة الحيوية، عن طريق مولدات الطاقة داخل الخلية: **الميتوكوندَريا** Mitochondria، والواحدة منها تسمى: **الميتوكوندوريون** Mitochondrion، وهي حويصلات بيضاويَّة مُحاطة بغشاءين، وتحتوي على حجرات في بعضها خمائر مؤكسدة، تقوم بمهاجمة العوامل المُمرضة التي تهاجم الخليَّة فتبطل عُدوانِها وتعدِّل سُمومها، وفي حجرات أخرى عدد كبير من الإنزيمات التي توفر الطاقة للخليَّة من خلال أكسدة المواد الغذائيَّة الخلويَّة المختلفة، فيتم إنتاج الطاقة الخلويَّة الهائلة المُتمثلة في **الأدينوزين ثلاثي فوسفات** Adenosine Tri Phosphate، ويتم ذلك من خلال تفاعلات حيويَّة يُسيطر عليها **إثنان وعشرون** إنزيماً، وعدد كبير من الأحماض النوويَّة، يُحرق بالجسم 10 ملايين وحدَة من مادة "**ثلاثي فوسفات الأدينوزين**" كل ثانية، حيث ينطلق جزيء فسفوري واحد ليُعطيِ طاقة هائلة، ويتبقى **ثنائي فوسفات الأدينوزين** Adenosine Diphosphate، فيُعاد تكوينه من جديد إلى **أدينوزين ثلاثي الفوسفات** في **الميتوكوندَريا** خلال ثانية واحدة تقريباً.

ويتراوح عدد **الميتوكوندَريا** في الخليَّة الواحدة من مائة إلى عدَّة آلاف، وتقوم بنسخ نفسها لمواجهة الأخطار والظروف الطارئة التي تهدد الخليَّة، كما تقوم باستنساخ نفسها عندما تشيخ وقبيل موتها لتستمر دورة الحياة.

أهم النشاطات الحيويَّة التي تستمد الخلايا طاقتها من
Adenosine Tri Phosphate (A.T.P)

- تحريك الجسم وانقباض وانبساط العضلات.
- صناعة **البروتينات** المُختلفة داخل الخليَّة، وكذلك **الدهون الفسفوريَّة**، و**الكوليستيرول**، و**البيورين**، و**البريميدين** Cholesterol, Purine, and Pyrimidine.
- تبادل **الشوارد** Radicles، بين **سيتوبلازم الخليَّة** و**الوسط الخارجي** (الخلوي)، ويُسمَّى **بالانتقال الفاعل** Active Trasport، ومن أهمها: **الصوديوم**، و**البوتاسيوم**، و**الكلور**، و**الماغنسيوم**، و**الفوسفات**، و**الكلور**، و**اليُورات**، و**الهيدروجين**.

قنوات الطاقة الحَيويَّة في الجسم

منذ ثلاثة آلاف عام جاء في الكتب الهنديَّة وصف لطريقة فتح قنوات **الطاقة الحيويَّة الكونيَّة** Cosmic Vital Energy، التي أطلقوا عليها **برانا**، وتبيِّنُ كيف يُمكن نقل هذه الطاقة للإنسان عن **طريق اللمس والمُعَايشة**، وكانوا يؤمنون أنَّ هذه الطاقة قادمة من العالم الأثيري إلى مراكز تجميع في جسم الإنسان تسَمَّى **شاكرا** Chakra.

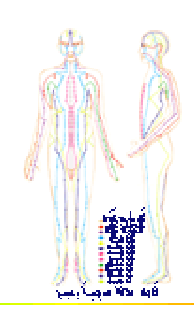
أمَّا الصينيُون فقالوا إنَّ الطاقة **تشي أو كاي** Qi ، تنساب في اثنتي عشرة قناة عبر الجسم، وتحكمها قناتان رئيستان، وأنَّ عِلاج المَرض يكون **بتنشيط انسياب تلك القنوات**، واستخدوموا الوخز بالإبر الصيني، Acupuncture لتنشيط الطاقة في تلك القنوات.

وفي الهند نشأت رياضة **اليُوجا** Yoga بهدف الحفاظ على حيوية الجسم والتحكم في درجة نشاط أعضائه بالكامل، وقطع الطريق أمام المرض بتنشيط دائم لمجالات الطاقة في قنوات الطاقة الحيوية داخل الجسم.

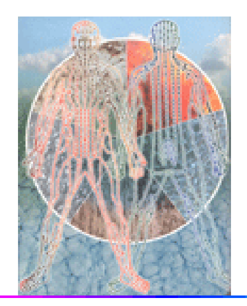
أمَّا العلماء الرُّوس فقد بَرعوا في ذلك النوع من العلاج وأطلقوا علي هذه الطريقة: العلاج **بما وراء الحس الميتافيزيقي**، وظهر بينهم رواد أمثال: العلامة **لازاريف**، الذي أصدر كتابه المعروف باسم: **الأسس الفيزيائية للنشاط العصبي**، والعالم فيبرنتسوف الذي أصدر كتابه: **من وراء الحس الميتافيزيقي إلى العوالم الأخرى**.

وفي سنة 1937 عندما اكتشف سير **توماس ليفير** الطبيب الإنجليزي جهازًا عصبيًا لا يتبع الجهاز الإرادي أو اللاإرادي ويتكوَّن من شبكة من القنوات تمر عبر الجسم كله، ويتراوح قطرها من 30 إلى 40 ميكرونًا، وجدار القناة من غشاء رقيق، وتمتلئ القنوات بمَادة شفافة عديمة اللون، ومُحاطة بالأوعية الدمويَّة التي تتصل عن طريقها بالجهاز الدوري (الدَّورة الدَّمويَّة)، ويخرج منها قنوات فرعيَّة تمد الأعضاء الداخليَّة للجسم **بالطاقة**، وقنوات فرعيَّة أخرى تصل إلى سطح الجلد، فنال جائزة نوبل على ذلك الاكتشاف.

وصحة الإنسان ومرضه تتوقف على مدى انسياب **الطاقة الحيويَّة** خلال تلك القنوات، وتعثر ذلك الانسياب يعني بالضرورة حدوث المرض للعضو الموجود بتلك المنطقة، فيحتاج ذلك إلى التدخل لإعادة انسياب الطاقة مرَّة أخرى.

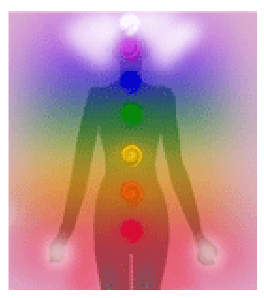


قنوات الطاقة الحيوية





قنوات الطاقة الحيوية بالجسم



مراكز تجميع الطاقة الحيوية بالجسم

مراكز تجميع الطاقة بالجسم (الشكرات)

كلمة **شاكرا** Chakra هي كلمة مستعملة في اللغة السنسكريتية لدى الهندوس من آلافِ السنين، وهي تعني حرفيًا **عجلة الضوءِ** وتعني عموماً عندما يُشيرُ شخص ما إلى الشكرات Chakras فهو يعني مراكز الطاقةِ الرئيسيةِ **السبعة بالجسم**.

وهي تقع دائما في نفس المنطقةِ مِنْ الجسمِ، وتكون في حالة ذبذبة (رقرقة) دائمة بنفس ترددِ اللونِ في كُلّ شخص، ويَتفاوتُ حجمُ وشكلُ الشكرات مِنْ شخصِ إلى آخر، ويُشير ذلك إلى الحالة الصحيةِ المتفاوتةِ والظروفِ العاطفيةِ التي يمر بها الإنسان، أما مراكز هذه الشكرات وألوانها وأهميتها، وتأثيرها في الصحة، فهي كما يلي:

المركز الأول:

يُسمى: **كونداليني** Kundalini Chakra، (**الكونداليني** هي: طاقات العقل المُطلقة ذات القوة الشديدة، التي تحتاج إلى خبرة في التعامل معها) ويقع في قاعدةِ العَمود الفقري، ولون تردداته: **أحمر**، ويحتوي على الخلايا الأساسيةُ الثماني للكوندلاني، التي تحتوي على معارف وسجل أسرار خلق الإنسان، كما تحتوي على الخلايا الوحيدةَ في الجسمِ التي لا تتغير ولا تفنى، وهي التي نعبُر بها إلى العالمِ الآخر عند البعث.

ووردت الأحاديث النبوية الشريفة تصدق كلام علماء وفلاسفة الهند والصين عن البعث والعالم الآخر، عندما تحدثوا منذ آلاف السنين عن بعث الإنسان في الآخرة من خلايا مركز **الكونداليني** Kundalini وهو الذي يسمى في الأحاديث: عظم **عجب الذنب**، فعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قالَ: "**لَيْسَ مِنَ الإِنْسَانِ شَيْءٌ إِلاَّ يَبْلَى إِلاَّ عَظْمًا وَاحِدًا وَهُوَ عَجْبُ الذَّنَبِ وَمِنْهُ يُرَكَّبُ الْخَلْقُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ**" (صحيح البخاري، حديث رقم: 4554).

ولعلنا نتساءل: من أين لهم بذلك العلم؟، لقد رسموا صورة مركز **الكونداليني** على هيئة ثعبانين يلتفان، فيمران بالمراكز التي تعلوهما فتتعاظم قوتهما حتى

يبلغ الإنسان غاية الترقي، فيستطيع بعدها أن يتحكم بالكامل في تصرفات جسمه وعمل أعضائه الداخلية، كما يستطيع أن يصل بفعله إلى ما يُسمى بخوارق العادات (**انظر كتابي**: "**عالم الروح بين الطاقة والمادة**"، فصلي: "مواهب وقدرات النفس" و " طرق تلقي القدرات والمواهب").

المركز الثاني:

يسمى: **الطحال** Spleen Chakra، ويقع تحت السُّرة بثلاثة أصابع، ولون تردداته: **برتقالي**، وتتعلق به القدرة الجنسية sexual، وكل ما يلتف حولها من مشاكل عاطفية، أو قصور، أو ذنب جنسي (إثم أو معاصي sexual guilt).

المركز الثالث:

يُسمى: **الضفيرة الشمسية** Solar Plexis Chakra، ويقع في دائرة البطن، ولون تردداته: **أصفر**، وهو محل الميول والعواطف وقوة الشخصية والغضب، والإحساس بالتميز, ويطلق عليه اسم **هارا** Hara، ويعتبر الوحيد في مراكز الشكرات التي يمثل الجسم كله، ولذلك فإن تقنية استخدام تدليك **الضفيرة الشمسية** يُعدُّ من المُمَارسات المتطورة جداُ التي تجدي نفعًا لدرء شكوى أي عضو في الجسم.

المركز الرابع:

يسمى: **القلب** Heart Chakra، ويقع في مقابل القلب، وسط القفص الصدري، ولون تردداته: **أخضر**، وهو محل قوة الشكيمة، والدقة والنظام، وكذلك الحزم في الإدارة، وقوته تحافظ على صحة وحيوية الجسم.

المركز الخامس:

يُسمى: **الحنجرة** Throat Chakra، ويقع في أعلى الرقبة، ولون تردداته: **أزرق**، وهو يتحكم بالعلاقات الاجتماعية، والميول، وتقع عليه ضغوط عندما لا يصل الإنسان إلى مراده.

المركز السادس:

يُسمى: **العين الثالثة** Third Eye Chakra، ويقع بين الحاجبين، أمام الغدة الصنوبرية Pineal Gland، وهي عين الإنسان الطبيعية physical eye، ولون تردداته: **نيلي** Indigo، ويختص بالإبداع، وتطلعات وآمال وأحلام الشخص، وطموحاته في الحياة، وهو مركز هام لتنمية ملكات الإنسان الداخلية (الميتافيزيقية) مثل: التخاطر، الجلاء البصري، الجلاء السمعي، الجلاء الشمي، الطرح الروحي، التنويم، تأثير العقل على المادة، العلاج الروحي... إلخ.

المركز السابع:

يسمى: **التاج** Crown Chakra، ويسمى أيضًا: **الألف زهرة**، ويقع على قمة الرأس، ولون تردداته: **أرجواني** Purple، وهو مركز اتصال الإنسان بالعوالم الأخرى، عند تخاطره أو اتصاله في حالتي **الأدرينرجيا** Adrenergia، **والكولينرجيا** Cholinergia، وفي حالة تعثر الطاقة في ذلك المركز يواجه الإنسان إحساس بضغط وسخونة على أعلى الرأس.

الأدرينرجيا: هي حالة تنشيط الجهاز العصبي الإرادي "السمبتاوي" للإنسان، بإفراز مادة: **الأدرينالين** Adrenalin، وهيَ التي تساعد على تقوية القدرة على الإرسال التخاطري.

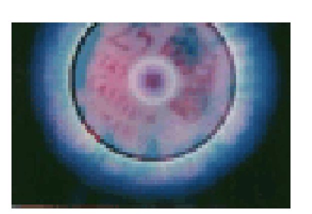
الكولينرجيا: هي حالة تنشيط الجهاز العصبِي الـلاإرادي للإنسـان، بإفراز مادة: **الأسيتيلكولين** Acetyl Choline، وهيَ التي تساعد على تقوية القدرة على الاستقبال التخاطري.

صُوَر الهالة حول كل الكائنات في الوجود

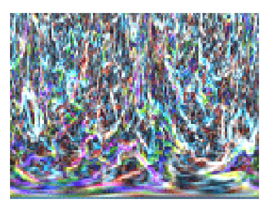
الدليل من القرآن الكريم

قوله تعالى: }**تُسَبِّحُ لَهُ السَّمَوَاتُ السَّبْعُ وَالأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلاَّ يُسَبِّحُ بِحَمْدِهِ وَلَكِنْ لاَ تَفْقَهُونَ تَسْبِيحَهُمْ إِنَّهُ كَانَ حَلِيمًا غَفُورًا**{ سورة الإسراء، الآية رقم: 44.

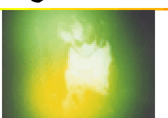
وعلى هذه الصفحة نقدم بعض نماذج الهالات للكائنات المُسبحة لله تعالى، ويوجد لدينا مئات الصور **بجهاز كيرليان** التي تظهر هالتها بوضوح تام، وتعبر عن نفسها مهما تنطع المشككون وأفتوا بغير علم فإن الواقع لا ينكره إلا جاهل.



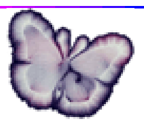
معدنية تظهر بوضوح هالة عملة



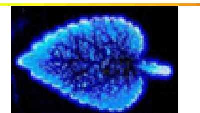
المياه هالة شلال من



كلب هالة



هالة فراشة



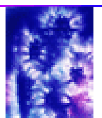
نبات هالة ورقة



نبات أخرى هالة ورقة

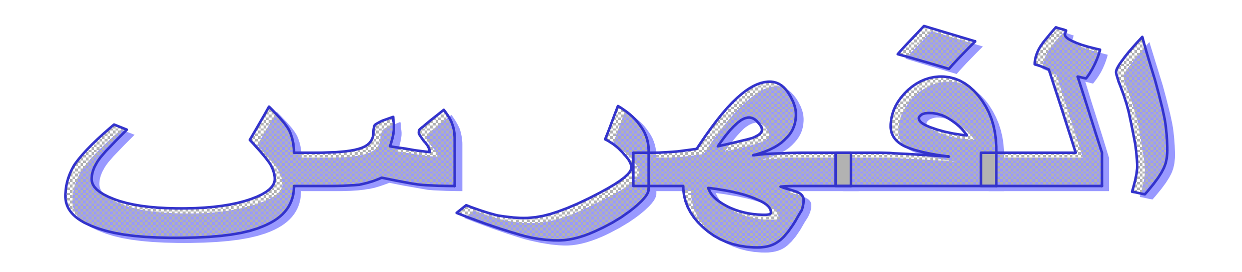


هالة ورقة نبات ثالثة



هالة نبات كاملة


العلاج بالطاقة الحيوية


الفهرس

العِلاج بالطـَّاقةِ الحَيويَّة

اختيار طريقة العلاج المناسبة

عرفنا خلال الإجابة عن تعريفات الطاقة الحيوية في باب: ما هي الطاقة الحيوية؟ أن تلك الطاقة تسري في جميع أنحاء الجسم بل وفي كل خلية من خلاياه، وعليها تتوقف حياة الإنسان، وعند تعثرها في نقطة من نقاط مساراتها المختلفة بالجسم فإن الإنسان يشعر بالألم في تلك المنطقة.
والمعالج الحاذق هو الذي يتدخل بأبسط الطرق العلاجية لإعادة الطاقة إلى مسارها الطبيعي في الجسم، وأبسط طرق العلاج التي يلجأ إليه كل إنسان في العادة أن يضع يده على مكان شعوره بالألم وتلك الطريقة تسمى العلاج باللمسة (الريكي)، وهي أقدم الطرق العلاجية التي عرفها الإنسان البدائي.
ويجب على المعالج أن يختار الطريقة العلاجية المناسبة لنوع المرض، فمثلا: إذا كان الدم هو سبب تعثر الطاقة فإن العلاج المناسب هو: عمل الحجامة، وإن كان السبب هو تيبس في العضلات فإن من المناسب عمل تدليك للجسم، وإن كان الشعور بالألم دون معرفة السبب فإن من المناسب استخدام اللمسة العلاجية لتخفيف الألم... وهكذا.

أنواع العِلاج بالطاقة الحَيَويَّة

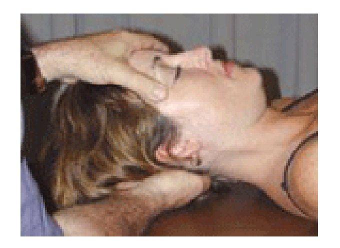
انتشرت في الحضارات الإنسانية على مر العصور طرق علاجية، واشتهرت بين الناس كعلاج مجرب ناجح لأمراض معينة، وتلك الطرق العلاجية لا تزال تفرض نفسها على الرغم من التقدم العلمي الكبير في المجال الطبي، وشجع على ذلك ارتفاع تكاليف العلاج بالطب الأكاديمي، ووجود آثار جانبية خطيرة في كثير من الأحيان لبعض الأدوية، جعلت أغلبية من الناس تتجه إلى العلاج بالطب الأصيل كما أسميه، وهو العلاج بالطب التكميلى أو البديل كما يسميه آخرون، الذي أصبح الآن يأخذ مكانه في الصدارة جنبًا إلى جنب مع باقي طرق العلاج الحديثة، وتجاورت في الغرب الصيدليات التي تحتوي على العلاجات العشبية والمواد الطبيعية مثل: الصبر والمر والعنبر، بجانب تلك التي تبيع الأدوية الكيميائية، ونورد في هذه الصفحة أهم طرق العلاج بالطب الطبيعي:

- العلاج باللمسة (الريكي).
- العلاج بالتدليك (المسَّاج).
- العلاج الياباني - الضغط بالأصابع (الشياتزو).
- العلاج بطاقة المغناطيس.
- العلاج بالتنويم والإيحاء.
- العلاج بالحجامة.
- العلاج بالأعشاب والنباتات الطبية.

- العلاج بحمية الطعام.
- العلاج باليوجا.
- العلاج بالإبر الصينية.
- العلاج بالصيام الطبي.
- العلاج بطاقة الماء (الهيدروباثي).
- العلاج بالعطور أو الشذا العطري.
- العلاج بالدفن في الرمال والطين.
- العلاج الروحي.
- العلاج بالألوان.
- العلاج بالأشكال الهندسية.
- العلاج بالكي بالنار.
- العلاج بالفصد.
- العلاج الذهني أو الجسدي (السوفرولوجيا).
- طب تقويم العمود الفقري باليد (الكيروبراكتيك).
- المعالجة المثلية أو الطب التجانسي (الهوميوباثي).
- الطب الهندي (الأيورفيدا).
- الطب الصيني (الكيجونج - تشي . جونج).
- طب تقويم العظام (الأوستيوباثي).
- العلاج بالزيوت والصبغات الطبيعية.
- تشخيص الأمراض بعدسة العين.
- العلاج بطاقة الصوت.
- العلاج بالضوء أو بأشعة الشمس.
- العلاج بالرياضة الطبية (التمارين السويدية).
- العلاج بطاقة الدعاء.
- العلاج بالمنعكسات - التدليك الارتكاسي (الريفلكسولوجي).

وسنتطرق لذكر هده العلاجات بشكل مختصر في نهاية الموضوع.

وهو نظام علاجي يتعامل مع الهيكل العظمي الذي يشكل بنية الجسم الأساسية, التي تتكون من: العظام والمفاصل والأربطة والأوتار والعضلات والأنسجة المحيطة, والتي تؤثر حيويتها كلها أو بعضها في الوضع الصحي للجسم.
وكما نعرف أن الجهاز العصبي المركزي يتكون من الدماغ وما حوى, والحبل الشوكي الذي يتصل بكل الجسم, ويأخذ طريقه مارًا من الدماغ إلى أعضاء الجسم كالقلب والكُلى والكبد والرئتين والأوعية الدموية والغدد عبر العمود الفقري, ونجد أن مشاكل الجسم وشكواه تبدأ من تعثر أو إعاقة الطاقة التي تنتج من تداخل إشارات الأعصاب المجهدة في بعض الأحيان، وهي التي تشكل نسيج الحبل الشوكي, ولابد أن تتأثر بذلك الأنسجة المارة خلالها تلك الأعصاب.
ونشأت فكرة تدليك العظام للتغلب على مشاكل الجسم منذ القدم في الطب الشعبي، ولقد وصف **أبقراط** عدة حركات لعلاج العمود الفقري منذ أكثر من 2000 عام, وفي العصر الحديث تمكن الجراح الأمريكي "أندروتيلر ستل" من وضع الأسس العلمية لهذا النوع من العلاج بعد أن فقد أبناءه الثلاثة في مرض "ذات السحايا الفقرية", وبعد تجارب طويلة تأكد لديه أن الوسائل اليدوية وحدها أكثر فاعلية - بشكل ملفت للنظر- من الطرق الأخرى في الحالات التي تعامل معها, وفي عام 1874 بدأ باستعمال الطرق اليدوية في العلاج وأطلق عليها اسم "**الأوستيوباثي**" واستمر ثمانية عشر عامًا يحقق نجاحات وشهرة جعلته يؤسس أول مدرسة لتعليم طب "**الأوستيوباثي**" في كركسفل بولاية ميزوري.
وهذه الطريقة تعتمد على الدعك باليد (Manipulation) لإعادة انحرافات الهيكل العظمي إلى وضعها الطبيعي, أثبتت نتائج الأبحاث والدراسات التي نشرت عن مركز بحوث اللمس التابع لكلية الطب بجامعة ميامي الأمريكية تأثيرها الكبير على العظام، وأكدت أن أية مشكلة تمس العضل أو العظام أو العمود الفقري ستسبب خللاً عاجلاً أم آجلاً في أحد أعضاء الجسم، كما أن أعضاء الجسم تتعرض لتأثيرات من جراء إصابة أية فقرة من العمود الفقري، كما أن العمليات الفسيولوجية في أعضاء الجسم تتأثر جميعها بتضرر العمود الفقري وبخاصة الفقرات القطنية.
وكما نعرف أن لكل مفصل مجالاً معينًا من الحركة وهو المجال الطبيعي, ويساعده في ذلك الأربطة والأوتار والعضلات وكذلك الصفاق "وهو الطبقة التي توجد تحت الجلد مباشرة", وتتألف من أنسجة ليفية مرنة تغلف العضلات والأعصاب والأعضاء المختلفة, ولكي يكون العلاج فعالاً يجب أن يبدأ عبر الجلد بداية من الصفاق حتى العظام, مرورًا بالعضلات والأوتار والأربطة.



تدليك الجمجمة يفيد كل أعضاء الجسم

1- حصر الأعصاب التي تسير خلال الفقرات من الحبل الشوكي إلى أجزاء الجسم المختلفة, ومن الأعضاء عائدة إلى الدماغ, وعند حدوث خلل في مفصل ما فإن الأجزاء القريبة منه لابد أن تتأثر بنفس الخلل.

2- نقص مصدر الدم في حالة حدوث شد عضلي في العضلات المتصلة بفقرة أو جزء من العمود الفقري, ويؤدي ذلك إلى عدم قيام **الصفاق** بعمله الطبيعي مما يوقف تدفق الدم جزئيًا أو كليًا في تلك المنطقة فيؤدي إلى حالات مرضية خطيرة.

3- عطب الجزء الفقري لمدة طويلة بدون حركة أو علاج يتسبب عنه ضعف تدريجي في امتصاص الماء من الدم والليمف مما يقلل من كفاءته.

4- تلف المفصل الذي يؤدي إلى تحجره وتوقفه عن أداء مهامه.

5- حدوث اختناق للإشارات العصبية في الأماكن المتضررة من العمود الفقري يؤدي إلى اختلاف المعلومة المنقولة من وإلى الدماغ مما يؤثر على عمل أجهزة الجسم المختلفة.

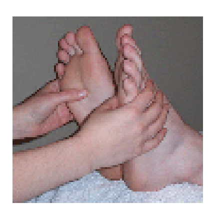
وضمن حالات كثيرة شاهدتها نجح تدليك العظام في القضاء على مشاكل مزمنة ظل أصحابها يعانون منها لسنوات، منها حالة مريض طالت شكواه من الجيوب الأنفية التي سببت له متاعب صحية ونفسية، وتهيأ لإجراء عملية جراحية, وفي الوقت المناسب تلقى عدة جلسات لتدليك الجمجمة فزالت تماما كل متاعبه، وفي حالات أخرى نجح تدليك الفقرات القطنية في القضاء على آلام القدمين بداية من الفخذين وصولاً إلى الكعبين.

وتدليك العظام له فاعلية مميزة بالنسبة للأعضاء التي وظيفتها الأساسية تخليص الجسم من المواد الضارة، والتي وظيفتها الدفاع والمقاومة كالكليتين والكبد والطحال.

أول من أعطى هذه الطريقة العلاجية دفعة حقيقية نحو الشـهرة والانتشـار هو الطبيب الأمريكي "وليام فيتز جيرالد" في 1913، وكان في ذلك الوقت رئيساً لقسـم الأنف والحنجرة في مستشـفى سـانت فرانس في هارتفرد بولاية كونكتكت، وكان يحظى باحترام بالغ كطبيب وجراح في هذا التخصص، ويبدو أن عمله السـابق في أوروبا، في لندن وفيينا قد جعله يتعرف على هذه الطريقة العلاجية التي لم تكن آنذاك سـوى أفكار غير ممارسـة عملياً على نطاق واسـع.

لقد لاحظ الدكتور "فيتز جيرالد" بأن الضغط برفق على جزء ما من الجسـم يمكن أن يخفف الألم في مناطق أخرى، وأنَّ بعض المرضى لم يكونوا يحسـون بآلام شـديدة عند إجراء بعض العمليات في الأنف والحنجرة في حين يتألم غيرهم كثيراً، وعرف أن السـبب هو أن الأولين كانوا يضغطون على أيديهم بسـبب خوفهم أو قلقهم مما كان يخفف الألم كما استنتج، وبمرور الوقت اسـتطاع معرفة هذه المناطق وغيرها وتأثيرات كل منها على أعضاء وأقسـام الجسـم المختلفة.

ثم قامت الطبيبة الأمريكية "يونيس أنجهام" بتطوير جهود "جيرالد" وابتكرت تقنيات تدليك خاصة واخترعت خرائط للقدمين واليدين، أظهرت النقاط المحددة التي يجب لمسـها للمسـاعدة على علاج أي موضع بالجسـم، وكتبت بعد أن تدربت مع الدكتور "رايلي" كتابين أصبحا من الكتب المعتمدة في دراسـة وممارسـة تلك الطريقة، أما الرائد الأول لهذه الطريقة في بريطانيا فهي السـيدة "دورين بيلي" والتي تعرفت على الطريقة من السـيدة "أنجهام" أثناء زيارتها لأمريكا.



العلاج بالمنعكسـات يعمل على تكسـير بلورات الكالسـيوم التي تتجمع في القدمين

الطريقة العلاجية للمنعكسات

يقول خبراء المعالجة بالمنعكسات إن الاسترخاء هو مفتاح ذلك كله، فالتوتر والإجهاد مسئولان عن حوالي 75% من جميع المشكلات الصحية، ونظراً لأنَّ كلاً من القدمين يحتوي على 7200 عصب فإن الخبراء يعتقدون أن القدم هي نقطة رائعة لبداية العلاج، ويعتمد تقسيم الجسم إلى مناطق Zones على ما وضعه الدكتور "جيرالد" حيث قسم الجسم إلى عشرة مناطق طولية، بحيث تقع كل خمسة على أحد جانبي الجسم بتناظر على جانبي الخط الوهمي الذي يقسم الجسم طولياً إلى قسمين متساويين.

وهذا التقسيم ليس كخطوط الإبر الصينية، بل هو مقاطع بعرضٍ متساوٍ وعلى عمق الجسم، وهناك نقاط في القدم تنعكس بالتأثير على أعضاء الجسم بحيث تقع النقطة أو النقاط الخاصة بعضو ما في نفس المنطقة الطولية التي يقع فيها هذا العضو، فمثلاً تقع الكليتين في المنطقتين الثانية والثالثة على جانبي الجسم، لذا فإن نقاط الانعكاس لهما تقع في المنطقتين الثانية والثالثة من القدمين، هذا وإن هذه الخطوط لا تعكس اتجاهها في الدماغ كما هو حال الجهاز العصبي.

بالإضافة إلى هذه المناطق الطولية العشرة، هناك ثلاث مناطق عرضية من الممكن أن يكون لها انعكاسات في القدمين، وهي:

1- * الخط المار بالكتفين.
2- * الخط المار بالوسط بمستوى أضلاع الصدر السفلي.
3- * الخط المار بمستوى منطقة الحوض.

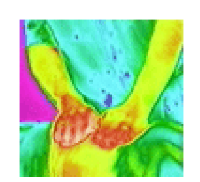
ولقد وجدوا أن المنطقة العرضية الأولى تمثلها منطقة: أصابع القدم، أما المنطقة الثانية فتمثلها: المنطقة الوسطى، والثالثة: منطقة الكعبين.

قدمت نظريات عديدة لبيان تأثير عمل المنعكسات على الجسم، إلا أن المقبول منها هو أن المعالجة الانعكاسية تؤثر على الدورة الدموية والأعصاب، لأن الدورة الدموية الصحية مهمة جداً لأداء الوظائف بالشكل الصحيح لكل أعضاء الجسم، حيث إن الدم هو الناقل للمواد الغذائية إلى كل الأنسجة، وهو الذي يحمل منها الفضلات لطردها، أما الجهاز العصبي فإن 70% من مشاكله سببها شد عصبي في مناطق الجسم المختلفة، والمعالجة الانعكاسية مفيدة جداً في تقليل ذلك الشد مما يجعل هذه المناطق المختلفة مسترخية أكثر وبالتالي تؤدي وظائفها بشكل أفضل، إن المعالجة الانعكاسية تساعد القوة الشفائية الموجودة في الجسم دون اللجوء إلى الأدوية الخارجية.

وقد عرف وجود سريان من الطاقة يربط بين الأعضاء الواقعة في نفس المنطقة الطولية، وبواسطة التصوير الكيرلياني الحديث (Kirlian) أمكن مشاهدة مجالات الطاقة المحيطة بالأشياء، وقد شوهد في هذا التصوير إن مجالات الطاقة الموجودة حول مناطق الانعكاسات في القدمين تضعف إذا ما كان هناك عدم توازن في المنطقة المتعلقة بهذه النقاط الانعكاسية، كما أمكن مشاهدة أن مجالات الطاقة هذه تزداد قوتها بعد المعالجة الانعكاسية، أما قدرة المعالجة الانعكاسية على تقليل الألم فتكمن في أن التدليك نفسه يسبب إفراز المورفينات الطبيعية من الدماغ.

ومما يلفت النظر هو إحساس بعض المرضى بالراحة في بعض الحالات، بإحساس معين في الجسم في المنطقة التي يجري معالجتها، أي تدليك نقاط انعكاساتها، وهذا لا يعني أنه لا بد من وجود ذلك الإحساس لكي تكون المعالجة ناجحة.

ومن الأمور المصاحبة لهذه الطريقة العلاجية هو تكسير المعالج لبلورات الكالسيوم التي توجد في القدمين، وهذه البلورات هي جزء من الكالسيوم الموجود في الدم والتي تتجمع في القدمين، بسبب الجاذبية الأرضية، إذا ما كان هناك عدم توازن في الجسم أي حالة مرضية، وعندما يدلك المعالج القدمين ويحس بوجود هذه البلورات فإنها تتكسر بفعل التدليك.





التصوير الحراري لجلسة علاج باللمسة



الطاقة التي تنساب من يد المعالج أثناء جلسة العلاج

منذ أن عرفت البشرية الأمراض، وَجَدَ المريضُ مَنْ يَعوده ويضع يده على رأسه أو على موضع الألم في مُحاولة لمواساته أو التخفيف عنه، وكان المرضى في أغلب الحالات يجدون راحة في ذلك، وبتكرار وضع اليد فطن الناس إلى آثارها العلاجية وما ينتج عنها من راحة للمريض، ومن هنا كانت النشأة الفطرية لتأثير **اللمسة** في علاج المريض.

ولا يخفى على أحد تأثير **اللمسة الحانية** على الرأس: التي تجلب النوم الهادئ للطفل، وتسكن نفس اليتيم، وتربط جأش الطيور والحيوانات والخيول الجامحة، ولقد رأيت هنديا يُربِّتُ بيده على رأس أفعى فسكنت بعد أن كانت تكشر عن أنيابها.

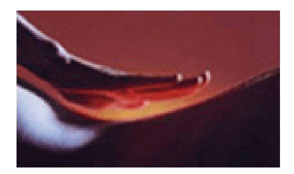
وبعض الناس يسمي طاقة اليد التي تستخدم في العلاج: **اللمسة الشافية**، ونحن نعلم أن الشفاء يأتي من الله وحده وإنما جميع طرق العلاج هي أسباب فقط، وهو قوله تعالي: }**وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي**{ سورة الشعراء الآية رقم: 80.

والعلاج باللمسة موهبة وضعها الخالق في اليد اليمنى لكل إنسان بدرجات متفاوتة، وعندما يُصابُ بالمرض تضعف تلك الطاقة فيحتاج للمسة الأصحاء على موضع شكواه، وثبت بالتصوير بجهاز كيرليان أن انبعاث الطاقة من اليد اليمنى يكون بدرجة أقوى وذات فاعلية أكثر من اليد الشمال.

ولعل من أصعب الحالات التي واجهتها: حالة فتاة في مقتبل العمر فقدت بصرها بدون مقدمات، ولقد احتار الأطباء في حالتها بعد أن أظهرت الفحوص الطبية الدقيقة سلامتها تماما، والمؤثر أنها كانت على وشك الزفاف، فأصبح مرضها مأساة بالنسبة لعائلتها، لأنك تشاهدها تنظر إليك ولكنها لا تراك، وقد اعتراها وأهلها حالة من الهلع، وبدأت جلسة العلاج وكان الأساس فيها الهدوء النفسي الذي بلغ أفضل مراحله واستمر ذلك قرابة الساعة في جو روحاني بديع تخلله بعض آيات من كتاب الله تعالى، وكان الهدف منها الوصول إلى اطمئنان القلوب، ثم طلبت منها أن تشرب رشفات من كوب ماء بنية الشفاء، ثم فاجأتها برش بعض الماء على وجهها ثلاث مرات مع الدعاء وتمني الشفاء لها بالشفاء، فكانت تشهق بعمق شديد كالغريق الذي طفا رأسه على سطح الماء، وأخذت تمسح الماء عن عينيها، وفجأة بدأت تنظر في وجهي بتفرس غير مصدقة وهي تبكي وتردد مرارا: **أنا شايفة حضرتك**.



هالة اليدين تظهر في الضوء بجهاز كيرليان





هالة اليد أثناء العلاج باللمسة بجهاز كيرليان

وعرفت جميع الحضارات **اللمسة العلاجية**، فلقد وُجِد على جدران المعابد الفرعونية، وفي الآثار الصينية القديمة ما يدل على أنَّ **العلاج باللمسة** من أقدم فنون العلاج التي استعملها البشر، ويرجع أصل كلمة: **مسَّاج** إلى الأصل العربي: **مَسَّ** أو **مَسَحَ** أو **مَسَّدَ،** أي: لمس أو حرَّك يده أو أصابعه فوق جسم المَريض أو شعره، ويسمى العلاج باللمسة عند الشعوب المختلفة بأسماء عدة منها: الريكي عند اليابانيين، وما وراء الحس الميتافيزيقي عند الروس، واللمسة الشافية عند الهنود والصينيين.

وفي الإسلام نجد أن من تمام عيادة المريض أن يضع الإنسان يده على رأس المريض أو جسمه ويدعو له، وهو ما رواه الترمذي، عَنْ أَبِي أُمَامَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ f قَالَ: "**تَمَامُ عِيَادَةِ الْمَرِيضِ أَنْ يَضَعَ أَحَدُكُمْ يَدَهُ عَلَى جَبْهَتِهِ أَوْ قَالَ عَلَى يَدِهِ فَيَسْأَلُهُ كَيْفَ هُوَ؟**" حديث رقم: 2655.

ولا يخفى على أحد أن ذلك يجلب عوامل الشفاء النفسي للمريض، وفي حديث آخر نجد أن وضع اليد اليمني على رأس الإنسان يعطيه اطمئنان وهدوء نفسي، وهو ما رواه النسائي، عَنْ عِمرَانَ بن الْحُصَيْنِ أَنَّهُ قَدِمَ عَلَى النَّبِيِّ f بِالْمَدِينَةِ فَقَالَ لَهُ: "**ادْنُ مِنِّي، فَدَنَا مِنْهُ فَوَضَعَ يَدَهُ عَلَى ذُؤَابَتِهِ ثُمَّ أَجْرَى يَدَهُ وَسَمَّتَ عَلَيْهِ وَدَعَا لَهُ**" حديث رقم: 4969.

ذُؤَابَتِهِ: هي الشعر المَضفور، وهي مَفرق الرأس أعلى الجبهة.

وَسَمَّتَ: من التسمية بمعنى الدُّعاء، وما بعدة عطف عليه.

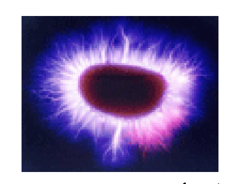
الإسلام أول من استخدم اليد اليمنى في العلاج

بعد استخدام التصوير بجهاز كيرليان تبين أن طاقة اليد اليمنى تزيد عن طاقة اليد الشمال بحوالي ثلاث مرات وأنها تمثل في الجسم القطب الموجب الذي يمكنه أن يعطي، ولعل تلك النتيجة قد وردت كإشارة في القرآن الكريم عندما ذكر اليد اليُمنى بمفرداتها (27) مرة، كما ذكر اليد الشمال بمفرداتها (عشر) مرات، ولذلك فإن العلاج الذي علمه النبي صلى الله عليه وسلم للأمَّة يتم باستخدام اليد اليمنى مع الدُّعاء، وهو ما رواه البخاري، عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: "أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يُعَوِّذُ بَعْضَ أَهْلِهِ يَمْسَحُ بِيَدِهِ الْيُمْنَى وَيَقُولُ: اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبْ الْبَاسَ، اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا" حديث رقم: 5302.

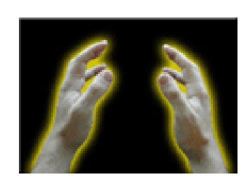
العلاج باللمسة أول العلاجات التي يستخدمها المسلم

لعل ما ورد في الصحيح عن العلاج باللمسة كثير جدا ومتواتر عن فوائد وضع اليد الذي يجب أن يلجأ إليه الإنسان حال شعوره بأي شكوى تعتري جسده، وذلك قبل أن يتغلب عليه المرض وتخور قواه فيحتاج إلى نقل الطاقة إليه بواسطة أيدي غيره من البشر الذين يعودوه أثناء مرضه، وهو ما رواه الإمام مسلم، عَنْ عُثْمَانَ بْنِ أَبِي الْعَاصِ الثَّقَفِيِّ أَنَّهُ شَكَا إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ وَجَعًا يَجِدُهُ فِي جَسَدِهِ مُنْذُ أَسْلَمَ فَقَالَ لَهُ: "ضَعْ يَدَكَ عَلَى الَّذِي تَأَلَّمَ مِنْ جَسَدِكَ وَقُلْ: بِاسْمِ اللَّهِ ثَلَاثًا، وَقُلْ: سَبْعَ مَرَّاتٍ أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ" حديث رقم: 4082.

ووضع اليد اليمنى يجب أن يكون بمقدار وقت يسير في حدود عشر دقائق وهي المدة الكافية التي يدعو فيها الإنسان أو يقرأ ما يجلب الهدوء الشديد إلى نفسه وقلبه، فيقوي جهاز المناعة لديه ويمنحه النشاط للتغلب على أسباب المرض.



هالة الأصبع بجهاز كيرليان



كيرليان هالة اليدين تظهر في الضوء أيضا بجهاز

العلاج باللمسة (الريكي) على الطريقة اليابانية

كلمة ريكي Reiki **مُصطلح ياباني يحتوي على مقطعين**:

ري Rei، ومعناه: **عالمي**.

كي Ki، ومعناه: **طاقة الحياة**.

والكلمة تعني إجمالاً: **طاقة الحياة العالمية**.

والمصطلح مُستَعار مِن الفيزياءِ الذي علَّل بأنَّ **ريكي**: تتحكم في عَمل الذرَّات على مُستوى الجسم، فتحفز جزيئات الجسم على التذبذُب بكثافةِ أعلى، وهكذا تذوب عوائق الطاقة التي تؤدي إلى التنافر والمرض.

ويعتقد البعض أن الرِّيكي الياباني له جذور قديمة ومُمارسات كان البوذيون في جبال التيبت الصينية يقومون بها أثناء تقديم العلاج للمرضى، وتلك الممارسات كانت تندثر على مر القرون، حتى أعاد الدكتور **ميكاو يُوسي** اكتشافها ثانية، وهو أول من ألف كتابا عن الريكي في العالم، ثم قام الدّكتور شوجيرو هاياشي أحد تلاميذه بترجمة كتاباته في النصف الثاني من القرن التاسع عشر، ثم انتقل علم "الريكي" إلى باحثة يابانية أمريكية تدعى: **تاكاتا هاوايو**، والتي كانت تعيش في هاواي، فقامت بدورها بترجمة علوم **الريكي** ونشرتها في الغرب في السبعينات من القرن الماضي، وفي عام 1981 أسَّس تلاميذها **رابطة الريكي** التي يبلغ يزيد عدد أعضاؤها أكثر من عشرة آلاف عضو حول العالم.

وللسيدة **هاوايا تاكاتا** قصة مرضية غيرت مجرى حياتها، فقد كَانت مصابة بالعديد مِن الأمراض، منها ورم في البطن وكَانت على وشك أن تَخضع لعملية

جراحية، وكانت تعيش في هاواي عندما توفى زوجها فجأة وتركها وحيدة بدون دخل مَع طفلين، فملكها الحزن ومن ثمَّ ذلك المرض، فعادت إلى اليابان لإجراء العملية ولكن صوت بداخلها دعاها أن تجرب طريقًا آخر للعلاج، فتوجهت إلى عيادة د. **هاياشي** الذي قام بعلاجها بالريكي لمدة 8 شهور حتى تَعافت بالكامل، وأصبحت في تلك الفترة طالبة تكرّس وقتها لتعمل في العيادة بجانب د. **هاياشي**، لكن التقاليد اليابانية لا تسمح للنِساء أن يُصبحن معلمات، وعلى مرِّ السنين لاحظ د. **هاياشي** تفوق **تاكاتا** على كثير من المعلمين الرجال في الريكي وشهد بعُمق الأداء لديها، فخرج عن التقاليد ومنحها شهادة الأستاذية في **الريكي** من الدرجة الأولى.



طاقة الأيدي عند الدعاء -



طاقة الأيدي عند الدعاء - 2

نسبة الشفاء بين المرضى الذين تمَّ عِلاجهم باللمسة

وضمن تلك التجارب عرض أحد الأطباء بالولايات المتحدة الأمريكية عيادته لعلاج 24 مَريضاً بأمراض مُختلفة، وكان الطبيب يُشخصُ المَرض للمُعالج لكي يُمرر يَده عليه، والنتيجة شفاء 21 مريضاً، واثنان من بين المرضى يحتاجان علاجاُ نفسياً، ومَريض واحد لم يستجيب للعلاج، ولقد شفيَ من بين الحالات مَريضٌ فشلت جهود الأطبَّاء في علاجه.

ومن بين الحالات التي شفُيت أيضاً فتاة كانت على شفا الموت من وجهة النظر الطبيَّة، نتيجة لمرض مَعوي مزمن، تحسنت حالتها مع العِلاج بالطاقة، ولكنها احتاجت لجلسات صباح ومساء لمدة ربع ساعة، لبضعة أيَّام، وكان المُعالِج يكتفي بوضع يده قريباً من جذع الفتاة دون أن يلمسها.

ولقد راقبت هذه الأبحاث الدكتورة "**دولوريس كريجر**" أستاذ علم التمريض بجامعة نيويُورك، وقرَّرت القيام بأبحاثها الخاصة وتركزت على الهيموجلوبين الذي يحمل الأكسجين في خلية الدَّم الحمراء، وافترضت أنَّ جهد المُعالج يجب أن يُسفر عن زيادة كميَّة الهيموجلوبين في الدَّم، واختارت 19 مريضاُ في التجربة الأولى خضعوا للعلاج بالطاقة، ثمَّ قامت بتحليل دمائهم فأتت النتائج إيجابيَّة تماماً.

وفي التجربة الثانية اختارت 29 مريضاً وزادت وقت العلاج فأتت النتائج أكثر إيجابيَّة، أمَّا في التجربة الثالثة فقد اختارت 75 مُمَرِّضة، ثمَّ انتخبت منهنَّ 32 مُمرِّضة، ثمَّ انتخبت منهنَّ 16 مُمَرِّضة وقامت بتدريبهن على "**اللمسة العِلاجيَّة**"، وهيَ تعتقد أنَّ قدرة العِلاج بتمرير اليد غير مقصور على المُعالجين فقط، وأنَّ أي شخص عطوفٌ مُخلصٌ ومُحبٌّ للخير ومُستقر الحالة العقليَّة والعاطفيَّة، يُمكنه أن يكتسب تلك الخبرة بسهولة تامَّة، وعقدت مُقارنة بين المُمرِّضات اللائي قامت بتدريبهن وجهد الأخريات، فوجدت أن النتائج إيجابيَّة تماماً قياساً على التغيير الذي طرأ على هيموجلوبين الدَّم.

الاستقطاب الكهربائي والحقول الكهرومغناطيسية

لقد ظلَّ العلماء الروس أكثر من ثلاثة عقودٍ يبحثون النشاط الإشعاعي الكهرومغناطيسي المتعلق بالهالةِ، وخرجوا بنتائج هامة: وجدوا أنَّ الهالة متعددة الترددات في وقت واحد، فهي تمتد من الأشعة تحت الحمراءِ إلى الضوءِ فوق البنفسجيِ، وتشمل التردد المنخفض (مايكروويف)، وجزء من الأشعة تحت الحمرَاء التي تعمل في حفظ حرارة الجسم، وهي تتعلق بالمستويات المنخفضةِ لعمل أجهزة الجسم المختلفة (تركيب دي إن أي، أيض، توزيع نشاط الأعضاء الداخلية..الخ.)، بينما تعمل الترددات العالية (جزء من يو في U.V) أكثرُ في مجال نشاطِنا الواعي مثل: التَفكير والإبداعِ والنوايا والطبع اللطيفِ والعواطفِ، اكتشفوا أنّ D. N. A. داخلِ خلايا الجسم يمكن تعديلها بالتَأثير على الجسم بالترددات المنخفضة، أمَّا الترددات العالية (جزء من يو في U.V) فإن معرفة مفاتيحها مهمة جداً ويستحوذ على أكثر اهتِمامهم، لكنه إلى الآن غير مستكشف بشكل كبير، وهذا الجزء يُمكن أن يُرى بالعين المجرّدة.

ومن المعلوم أنَّ الجهاز العصبي للإنسان يعمل على نقلِ النبضات الكهرومغناطيسية الضعيفة الصادرة من الدماغ الذي يُسيطرُ على كُل الأعضاء والوظائف في الجسم، وقد وضحنا ذلك بشكل تفصيلي في: تعريفات الطاقة الحيوية، مما يجعلنا متأكدون أن الجسم البشري يعمل بالطاقة الكهربائية أياً كانت قوتها، فالخلايا العصبية تحتوي على طاقة كهرومغناطيسية، والدم ينحل بالتفاعلات الكهربائية لكي يُزيل السموم بالتقاطبِ، وهو ما يسمى **بالاستقطاب الكهربائي** Electrical Polarity، كما أن الدم يغادر الرئتين (خلال الدورة الرئوية) مع شحنة سالبة، ويتم استخلاص السُّموم في الكبد والكليتين عن طريق التقاطب أيضاً.

وبناءً عليه فإنَّ الحقول **الكهرومغناطيسية** المتعددة الاتجاهات "المتعاكسة"، تعرقلُ تقاطب الخلية الطبيعي ووظائف الدمِّ المتعددة، هذه العرقلة يمكن أن تُؤدي إلى مآسٍ حقيقية تحول دون إتمام التفاعلات الكيميائية داخل الجسم كما ينبغي.

ومع التقدمِ العلمي المذهل في استخدام شبكات الاتصالات واللاسلكي والمرئيات والمَسموعات والفضائيات.. إلخ. أصبح الغلاف الجوي الآن يعج بهدير هائل من الطاقة لم تشهده الأجيال الماضية من حياة البشرية، وأصبح الجيل الحالي دون غيره يئن تحت وطأة التيارات الكهرومغناطيسية المختلفة الترددات التي تخترق أجسامنا من كل حدب وصوب، وهي لا شك تؤثر سلباً على التفاعلات الكيميائية التي تتم داخل الجسم، فنحن مقصوفون بالإشعاعات الضارة مِن الحقول **الكهرومغناطيسية** التي تحيط بنا من كل جانب بسبب تقدمنا التكنولوجي والإلكتروني، ونعيش في غلاف جوي ملوث، وهذه الإشعاعات البيئية لم تكن موجودة في الأجيال الماضية، ولم يسبق لها مثيل في عمر البشرية، وأثبتت الدراسات العديدة التي جرت في الولايات المتحدة وألمانيا وروسيا وإنجلترا واليابان علاقة تلك الإشعاعات بالزيادة الكبيرة للأمراض الخطيرة التي انتشرت بين سكان الأرض في أماكن متفرقة من العالم، وربطت تلك الأمراض مثل: أنواع السرطانات ولوكيميا الدم وبين هذه الإشعاعات الضارة، ومنذ سنوات قليلة أصدرت منظمة الصحة العالمية تقريراً ربط بين إشعاع (E. M. F.) وبين سرطان الدماغ واللوكيميا عند الأطفال.



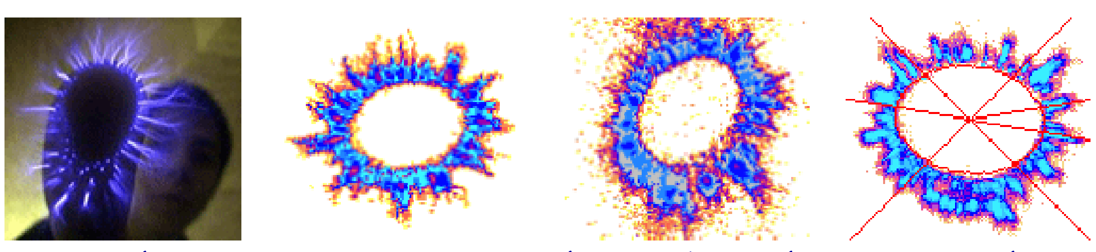


أجيال من أجهزة G.D.V التي تمثل المستقبل الواعد لتشخيص الأمراض باستخدام ألوان الهالة

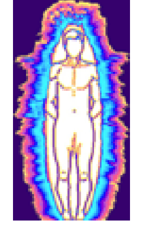
التنبؤ بحدوث الأمراض وتشخيصها بأجهزة G.D.V
TECHNIQUE GAS DISCHARGE VISUALIZATION

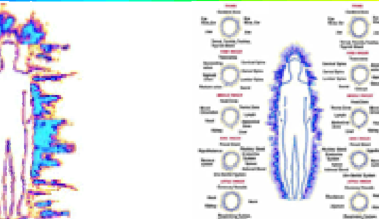
لقد جرت خلال العقود الأخيرة العديد من الدراسات التي اتسمت بالدقة الكبيرة، وقِيست الهَالات وتم تصويرها بطرق متعددة في الجامعاتِ والمعامل والمستشفيات بوضوح تام، حيث أمكن **مُشاهدة ألوانها الجميلة، وتسجيل مُوَاصفاتها**، ونشرت المراكز المتخصصة نتائج أبحاثها في هذا المجال، وتتابعت جهود العلماء والباحثين خاصة الروس في استخدام "**الهالة**" في التشخيص المبكر للأمراض قبل حدوثها.

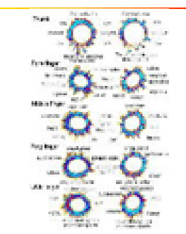
ونجح العلماء الروس في اختراع أجهزة G.D.V التي تقوم بتصوير الهالة عند أطراف الأصابع العشر، ثم تقوم بتحليل تلك الصور وجمعها في تقرير واحد عن طريق جهاز الحاسوب، ثم كتابة تقرير يبين بكل دقة حالة أعضاء الجسم الصحية، وما يعتورها من متاعب أو أمراض، ودرجة كل مرض على حده، وتلقيم ذلك التقرير للطابعة التي تقوم بطباعته على ورق خاص بأساليب متعددة، وتلك الأجهزة تعتمد على تحليل ألوان الهالة المنبعثة من أطراف الأصابع على اعتبار أنها تمثل بدايات أو نهايات قنوات الطاقة الحيوية بالجسم، والتي تتصل بأعضاء الجسم كافة وتبين حالته الصحية على أتم وجه.



أشكال مختلفة لهالة أطراف الأصابع من أجهزة G.D.V ويتم بالحاسوب تحليل ألوانها









هالات مختلفة للجسم من أجهزة G.D.V

تقرير الحاسوب عن الأصابع تقرير الحاسوب عن الجسم

يوجد الآن في المراكز الطبية المتقدمة حول العالم - إلا العالم العربي - أجهزة G.D.V التي تقيس توزيع مستويات طاقة الأجسام الحيوية، عن طريق تصوير هالة أصابع اليد من خلال فتحة صغيرة، يدخل المريض فيها أصبعه واحدا بعد الآخر، ثم تغذي الحاسوب بتلك المعلومات فيخرج تقرير يحتوي على كل نقاط الضعف والمرض في الجسم بكل تفاصيلها، ولقد أثار دهشتي البالغة دقة التقارير التي تخرج من تلك الأجهزة، فمثلا في حالة مريض يوجد لديه ورم حميد يضغط على الغدة الدرقية خرجت صورة الهالة بها نفور في تلك المنطقة كأنه طرف لهب، وآخر لديه ضعف في الكلية اليسار وجدتها ظاهرة في الصورة، بالإضافة إلى التقرير الذي يحدد بكل دقة حالة كل عضو من أعضاء الجسم في الجهة اليمنى أو اليسار على حده، وهو شيء مذهل يغنينا عن كثير من التحاليل والأشعة، ويوفر الوقت والمال، ويعطي النتائج فورية بدون أدنى نسبة خطأ أو تخمين أو تشخيص خاطيء كالذي يحدث في كثير من الأحيان وينتج عنه تفاقم المرض وتأخر الحالة الصحية للمريض.

يشكل الماء ثلثي وزن الإنسان، 84% من وزن الدِّمَاغ، 80% من وزن المُخ، 90% من وزن الخلايا الليمفاويَّة، كما يُشكل نسبة 80% من وزن السيتوبلازم، والجزء الأكبر منه حرٌّ، وجزء بسيط (4.4%) فقط تنحل فيه أملاح البوتاسيوم والفسفور وبعض السُّكريات وقليل جدًا من الدهون، وتتم جميع العمليات الحَيويَّة في خلايا الجسم داخل وسط مائي، ويزيد الماء من سرعة العمليات الحيويَّة للخلية بأقل فاقد مُمكن في الطاقة الخلوية "A.T. P" تتلخص هذه الطريقة في رفع الطاقة الحيويَّة للماء أو أي سائل آخر يتناوله المريض فيعمل على تنشيط الخلايا، وجهاز المناعة، وأعضاء الجسم فترتفع همة المريض ليقهر المرض.

يقول الخالقُ سُبحَانه عن فوائد الماء: {**وَجَعَلْنَا مِنَ المَاءِ كُلَّ شَيءٍ حَيٍ**} (سورة الأنبياء، آية 30).

كما نعرف أن الماء مُركب كيميائي من عُنصرين هما **الأوكسجين والهيدروجين**، H_2O الأوكسجين سالب الشحنة، أمَّا الهيدروجين فمُوجب الشحنة، وهو ذو بناء هرمي، مما يجعل تماسكه ضعيفا، ويعتبرُ أكثر العناصر توافرًا في الخلايا، حيثُ يُشكِّلُ من 70 - 90 % من وزن الخليَّة، وتنغمر فيه تراكيب الخليَّة وعُضيَّاتها، وكمذيب في الخليَّة، فإنهُ يتفاعل مع عِدَّة مُكونات عُضويَّة وغير عُضويَّة، بسبب الاستقطاب الكهربائي Electrical Polarity، لجزيئات الماء.

وللماء تفاعل **كهربائي** كمذيب لجميع الجُزيئات الأخرى في الخليَّة، كما يدخلُ في عِدَّة تفاعلات **كيميائية** تجري في مُحيط الخلايا، وتتكسر الجزيئات **العُضويَّة** بالإضافة **الإنزيميَّة** للمَاء التي تعرَفُ **بالتحليلِ المائي**، وهُناك تفاعلات كيميائية **بإزالة الماء** من الجُزيئات العضويَّة؛ لتكوين مُركَّب عُضوي أكبر، تسمَّى **تفاعلات تكثيف إزالة المَاء** Dehydration Condensation Reactions، مثال تكوين روابط ببتيديَّة بين الأحماض الأمينيَّة في تصنيع البروتينات.

وما زال الماءُ محل جدل الباحثين؛ لأنهُ يختلف عن كل السوائل الأخرى في الوجود، ويمتاز بخصائص لا تتوفر لسائل غيره قط، فهو يتفاعل في نفس الوقت كحامض وكقاعدة، وبذلك يُمكن أن يتفاعل مع نفسه في ظروف خاصة، وهو مادة ضعيفة التركيب، هشة البنيان، قابلة للتغيير تحت أقل المؤثرات، فهو يتأثر بالصَّوت، والمغناطيسيَّة، والحرارة، والبرودة، والضوء، والطاقة الحيويَّة، وخضع لتجارب كثيرة تبيَّن منها أنه يحتفظ بالمعلومات المُرسلة من قبل الأجسام البيولوجيَّة، ويتكوَّن جزيء الماء على شكل يشبه المغناطيس الذي له قطبٌ سالبٌ وآخر مُوجبٍ، يدور حول نفسه بسرعة كبيرة، وحول الجزيئات الأخرى على مسافة ثابتة، مِمَّا يَجعل للماء في هذه الحالة نوعًا من التماسك.

والماء لديه القدرة على التغير والتبدُّل والتكيف الذاتي عند أي تأثير يجري عليه في مُحيطه، وتبلغ أعلى قدرة له على ذلك بين درجتي 35 و 40 درجة مئويَّة، وهي درجة حرارة الجسم عند الكائنات الحيَّة النشيطة منها الإنسان.

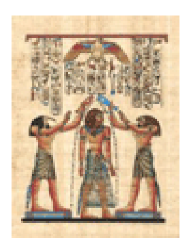
وتعمل ذبذبات الصوت أثناء القراءة أو الترتيل على الماء على تغير مواصفاته وإعادة تنظيم جُزيئاته في وضع سلس يجعل له قوة انسياب خاصة للمرور في سيتوبلازم الخلايا الحَيَّة، مِمَّا يرفع من طاقتها ويُصلحُ سلوكها، وتتفكك جُزيئات الماء المُتماسكة تحت تأثير ذبذبات الصوت والطاقة الحيويَّة التي يعالج بها، وفي هذه الحالة تنساب بحُريَّة أكبر إلى سيتوبلازم الخلايا حاملة معها الطاقة التي تحفز الخليَّة على العمل والنشاط بشكل أفضل.

وقام العلماء بدراسة خواص الماء في مختلف الظروف، فوجدوا أنه يكتسب صفات جديدة مُختلفة بمجرد وضع الفم على كوب من الماء والقراءة عليه، أو وضع الإصبع فيه، فيحمل ما يُسمَّى "**بالذُّهن الإنساني**" وهو مادة تحمل صفات

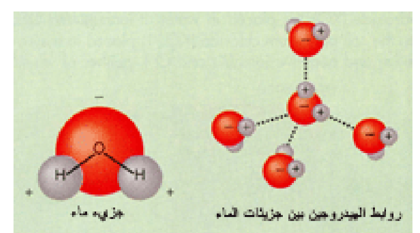
صاحبها الحيوية، والأمثلة على ذلك كثير، ولعل أبلغ دليل على أن الماء يحتفظ بالطاقة الحيويَّة مهما كان مقدارها هو: **ماء زمزم** الواقع في أحضان بيت الله الحرام بمكة المُكرَّمة.

روى أحمد وابن ماجة، عَنِ جَابِرَ بْنَ عَبْدِ اللهِ قالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ r يَقُولُ: "**مَاءُ زَمْزَمَ لِمَا شُرِبَ لَهُ**" (مُسند الإمام أحمد، حديث رقم 14320).

فهو الماء الوحيد في الأرض الذي يحمل طاقة لا حدود لها، ويرجع السبب إلى ذلك أنَّ الملاك جبريل هو أوَّلُ من حفر بئر زمزم بضربة من جناحه منذ 3800 سنة، فاحتفظ الماء المُتدفق بذبذبات **طاقته** العالية ونورانيَّة تركيبه، ثمَّ توالى على هذا المكان **صفوة الأنبياء** ابتداءً من إبراهيم عليه السلام، حتى مُحمَّد r، ثمَّ صفوة البشر المختارين لحج بيت الله، ثمَّ إنَّ مَكة المُكرَّمَة البلد الحرام هيَ: مهبط الملائكة، أي أنها بوَّابة أهل السَّماء إلى الأرض، ويصبُّ في ذلك المكان كل ساعة أرتالٌ غفيرةٌ من الملائكة لا يعلمُ عددها إلاَّ الله، فالبئر يعيش حالة من النورانيَّة والطاقة المُتجدِّدَة الدائمَة، التي تجعل لماء زمزم خصوصيَّة لا تتوفر لغيره على وجه الكرة الأرضيَّة.



استخدام الماء المقدس عند قدماء المصريين



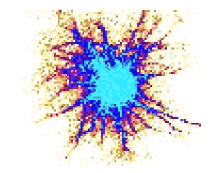


جزيء الماء وشحنته الكهربائية

كيف يعمل الوضوء على إعادة توازن الجسم؟

في حياتنا اليومية يتعرض كل إنسان إلى تيارات من الشحنات الكهرومغناطيسية التي يعج بها الغلاف الجوي المحيط بالإنسان، وتلك التيارات تعمل على اختلال توزيع الأيونات السالبة والموجبة على سطح الجلد، وكما تتراكم شحنات من الطاقة الزائدة على القطبين الشمالي والجنوبي للأرض، كذلك تتراكم شحنات من الأيونات في منطقة الرأس والقدمين للإنسان، وعند قيام الإنسان بالوضوء يعمل الماء على إعادة ترتيب الأيونات الكهربائية السالبة والموجبة على سطح الجلد وإعادتها إلى وضعها الطبيعي، وبذلك تزول كل مظاهر التشتت الفكري والنفسي والتعب الجسمي عن الإنسان ويتم تجديد نشاطه، وربما لذلك السبب فإن الوضوء **نصف الإيمان**، وهو يعني أن يداوم الإنسان على وضوئه، وأن يحافظ على دوام طهارته، وهو ما رواه الإمام مسلم عَنْ أَبِي مَالِكٍ الأَشْعَرِيِّ أنَّ رَسُولَ اللهِ r قال: "**الطُّهُورُ شَطْرُ الإِيمَانِ، وَالْحَمْدُ للَّهِ تَمْلأُ الْمِيزَانَ، وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ للَّهِ تَمْلآنِ مَا بَيْنَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ، وَالصَّلاَةُ نُورٌ، وَالصَّدَقَةُ بُرْهَانٌ، وَالصَّبْرُ ضِيَاءٌ، وَالْقُرْآنُ حُجَّةٌ لَكَ أَوْ عَلَيْكَ**"، (حديث رقم: 328).

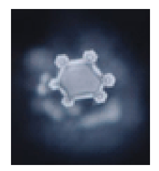
وإذا أراد الإنسان الوضوء يجب عليه الاقتصاد في استعمال الماء حتى يتمكن من تبليغ الوضوء: بغسل وتدليك الوجه جيدا، وكذلك اليدين إلى المرافق، ومسح الرأس وتدليك الأذنين وغسل القدمين، وإن استطاع أن يزيد عن ذلك فليفعل، كما ورد في صحيح الإمام البخاريُّ عن أبي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ r قَالَ: "**إِنَّ أُمَّتِي يَأْتُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ غُرًّا مُحَجَّلِينَ مِنْ أَثَرِ الْوُضُوءِ فَمَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ أَنْ يُطِيلَ غُرَّتَهُ فَلْيَفْعَلْ**" (حديث رقم: 133).



جزيء ماء مشحون بالطاقة (**كيرليان**)



جزيء الماء غير المعالج



جزيء الماء بعد شحنه بالطاقة

الماء الطبيعي والماء الحي

في جانب من الأبحاث العديدة التي جرت على الماء قام العالم الروسي كروتوكوف Korotkov بإجراء دراسات على الماء باستخدام أجهزة كيرليان، وكان الهدف هو دراسة التركيب الحيوي النشط للماء، وتسجيل التغيرات التي تطرأ عليه باستخدام أجهزة تصوير الهالة، فأحضر عينات من الماء العادي المتساوي في الخصائص وقسمها إلى نصفين، ثم احتفظ بقسم منها وسلم النصف الثاني إلى المعالج الروسي الشهير ألان شوماك Chumak الذي ركز عليها لمدة عشر دقائق من التركيز الواعي، ووضع العينات بين يديه في محاولة لشحنها بالطاقة الحيوية، ثم سلمها لكروتوكوف الذي أخضعها لأجهزة القياس وتصوير الهالة، كما أخضع النصف الآخر سلفا لنفس الأجهزة، فظهر له الفرق واضح لا يصدق: الماء المشحون بالطاقة زادت حيويته واهتزازاته ثلاثين ضعفا عن الماء العادي، بالإضافة إلى التغير الواضح الذي طرأ على شكله الطبيعي والحيوي، والعجيب أن الفرق بين هالة جزيء **الماء العادي** وجزيء **الماء الحي** كانت كبيرة جدا، والصورة المنشورة أعلى هذا الجزء هي لجزيء الماء المشحون بالطاقة.

ونظرا للنتائج الباهرة التي نحصل عليها من استخدام الماء في العلاج فإن من السهل على كل إنسان أن يلجأ إليه عند الشعور بالتغير النفسي أو الضيق، فما عليه إلا أن يتوضأ أو يشرب كوب ماء أمسكه بين يديه وقرأ عليه المعوذات ثم يشربه ويسكب منه قليلا على رأسه، فيشعر بالفرق الواضح والتغير النفسي الرائع.

وفوائد الماء للممسوس والمسحور عظيمة النفع؛ لأن **الماء الحَي** الذي يتم شحنه بالطاقة الحيوية وأهمها آيات من "**القرآن الكريم**" التي تكون شفاءًا للمَسْحُور أو المَمْسُوس، في نفس الوقت تكون سمًا زُعافًا طاردًا للجنِّ والشَّياطين.

ولعلنا نجد الآن تفسيرات علمية مقبولة لآيات من القرآن الكريم نزلت منذ أمد بعيد، في قوله تعالى:

{**وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ** * **ارْكُضْ بِرِجْلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَارِدٌ وَشَرَابٌ**} (سورة ص، الآيتان 41،42).

أمره أن ينزل إلى عين مُحَدَّدَة، مَاؤها بارد، فيغتسل ويشرب منها، ففعلَ، فَبَرِئَ مِمَّا أصابه.

وفي الهدي النبوي أمثلة لذلك منها ما ورد في موطأ الإمام مالك عَنْ أَبِي أُمَامَةَ بْنِ سَهْلِ بْنِ حُنَيْفٍ أَنَّهُ قَالَ: "رَأَى عَامِرُ بْنُ رَبِيعَةَ سَهْلَ بْنَ حُنَيْفٍ يَغْتَسِلُ فَقَالَ مَا رَأَيْتُ كَالْيَوْمِ وَلاَ جِلْدَ مُخْبَأَةٍ، فَلُبِطَ سَهْلٌ، فَأُتِيَ رَسُولُ اللَّهِ r فَقِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ هَلْ لَكَ فِي سَهْلِ بْنِ حُنَيْفٍ؟ وَاللَّهِ مَا يَرْفَعُ رَأْسَهُ، فَقَالَ: هَلْ تَتَّهِمُونَ لَهُ أَحَدًا؟، قَالُوا: نَتَّهِمُ عَامِرَ بْنَ رَبِيعَةَ فَدَعَا رَسُولُ اللَّهِ r عَامِرًا فَتَغَيَّظَ عَلَيْهِ وَقَالَ: عَلاَمَ يَقْتُلُ أَحَدُكُمْ أَخَاهُ أَلاَّ بَرَّكْتَ؟، اغْتَسِلْ لَهُ، فَغَسَلَ عَامِرٌ وَجْهَهُ وَيَدَيْهِ وَمِرْفَقَيْهِ وَرُكْبَتَيْهِ وَأَطْرَافَ رِجْلَيْهِ وَدَاخِلَةَ إِزَارِهِ فِي قَدَحٍ ثُمَّ صُبَّ عَلَيْهِ فَرَاحَ سَهْلٌ مَعَ النَّاسِ لَيْسَ بِهِ بَأْسٌ" حديث رقم: 1472.

وعلاج العين يتم بصب الماء على المعين فوق رأسه من جهة ظهره، هذا إذا علمنا العائن واغتسل، أما إذا اختلط الأمر فنقرأ المعوذات على بعض الماء وتسكب فوق رأس المعين من ظهره أيضا بحيث تسيل على عموده الفقري، وهذا ما نعتقد أنه الصواب، ومجرب أكثر من الحصر ونجحت جميع تجاربه.

ويمكن خلط الماء ببعض التراب في حالات الالتهابات الجلدية، وهو ما رواه أبو داود عَنْ ثَابِتِ بْنِ قَيْسٍ قال: "دَخَلَ عليه رَسُولُ اللَّهِ r **وَهُوَ مَرِيضٌ، فَقَالَ**: **اكْشِفْ الْبَأسَ رَبَّ النَّاسِ عَنْ ثَابِتِ بْنِ قَيْسِ بْنِ شَمَّاسٍ، ثُمَّ أَخَذَ تُرَابًا مِنْ بَطْحَانَ فَجَعَلَهُ فِي قَدَحٍ ثُمَّ نَفَثَ عَلَيْهِ بِمَاءٍ وَصَبَّهُ عَلَيْهِ**" (حديث رقم: 3387).

المَـسُّ والسِّـحر

من المَعلوم أن مادة خلق جسـم الإنسـان هي من ذرات عناصر الأرض، ثم شاء الله تعالى فنفخ الرُّوح لكي تدب الحياة في تلك العناصر، ومادة الروح من العالم العلوي المُحاط بالأسرار، وإن أمكن تصوير أطياف نورانية تخرج من الجسـم عند الوفاة، إلا أن ذلك لا يعبر عن ذات الروح بل نورانية عالمها الذي تعود إليه بعد فراقها الأليم للجسـد.

وأما مادة خلق جسـم الجن فمن عناصر النار، ولها أرواح أيضًا لأن كل ذي حياة بالضرورة له روح تغادر الجسـم عند وفاته، كما أن مادة خلق الملائكة فمن عناصر أو فوتونات النور الفائق الرقي، وجميع عناصر الخلق ترسـل أشعة ذات طول موجي وترددات في الفضاء المحيط تقاس بالأنجسـتروم، وهو وحدة قياس تساوي جزء من ألف مليون جزء من المتر، وترددات عناصر جسـم الإنسـان والعالم المنظور تكون مابين 380 بليون إلى 750 بليون، من عناصر العالم التي يجمعها سـلم ينتهي بالرقم أربعة وأمامه واحد وعشـرين صفرًا من الذبذبات في الثانية الواحدة.

وتسـمى الأشـعة قبل عالمنا المرئي أو المنظور بالأشـعة تحت الحمراء، وأما الأشـعة الأعلى ترددًا فتسـمى بالأشعة فوق البنفسـجية، تعلو تلك الأشـعة أمواج من أشـعة إكس والخلايا الحية وجاما والأشـعة الكونية، ويقع "عالم الجن" ضمن تلك الأمواج فوق عالمنا المنظور، وتحول ذبذبات عناصره الفائقة دون رؤية ذلك العالم المحجوب عنا، كما تحول "الهالة" التي تحيط بالإنسـان والكائنات بيننا وبينهم، فتعمل كغلاف وقائي أو معطف يحفظ جسـم الإنسـان من عبث العابثين من الجن، وفي حالاتٍ معينة يطرأ على الإنسـان تغيرات خارجية نتيجة ضعفه أو سـوء مسـلكه، فتخبو مَوجات وألوان "الهالة" فيقع فريسـة لعبث أو مَس الجن أو الشـياطين.

أنــوَاعُ المَـس

1- **المَـسُّ العَارض**: يُصابُ بهِ الإنسـان في لحظة: **انفعال شـديد**، أو **غضب عارم**، أو **حـزن أليـم،** يحدث معها فوران في **الـدَّورة الـدَّموية** Blood Circulation، **فتخبو هالته وتضعف،** فينتهز الشيطان الغازي تلك اللحظة، ويضرب الإنسـان ضربة واحدة في **الغـُدَّة النخاميَّة**، بقاعدة المـُخ، ينتج عنها غالبًا حدوُث: **بؤرة نشـطة في المـُخ** Activity Focus in Cerebrum، عـبَارة عن: **زيادة الكهرباءِ في بؤرة معيَّـنة،** Hyperexcitable Focus أكثر من المعدَّل، فتـؤثر على المَمسـوس لفترة من الزمن قد تطول، أو تؤثر عليه بقية حياته.

2- **المَـسُّ الطَّائفي**: وهو قوله تعالى:

{**إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْاْ إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنْ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ**} (سـورة الأعراف، الآية 201)، ويكون من خارج "**الهالة**" التي تكون ضعيفة، كمن يسـتخدم جهازًا للتحكم في التليفزيون عن بعد، وينتج عنه:

أولاً: **خــلل عـام بالجسـم**:

يعـُمُّ كل أعضاء الجسـم، أو بعضها، ويكون بفقد القدرة على التركيز، والنسـيان الشـديد، وزوغان البصر، وشـخوص العين، وشــرود، وفقـد الإحسـاس.

ثانيًا: خلل بعضو من الأعضاء:

يقع على عُضو مُعَيَّن من الجسم، فيَحْدُثُ قصور في أدائه لوظائفه، وغالبًا ما يقع ذلك النوع من المَسِّ لفترة مُعَيَّنة تطول، أو تقصر، مثل حالات الـربط الجنســي.

3- **المَـسُّ المستمر**:

ذلك النوع من أصعب الأنواع التي يُمكن أن تصيبُ الإنسان في الحالات التي تخبو فيها **هالته، لفـترة طــويلة** من الوقت، وهي:

- **حالات الغفلة الطويلة**.
- **حالات الغضب العارم**.
- **حالات الخوف الشديد**.
- **حالات الانكباب على الشهوات**.

فيجد الجنُّ الفرصة سانحة أمامه لكي يمُر بسلام، إلى داخل الجسم دون أن يُصَاب بأذى، مِمَّا يترتَّب عليه ضرر بالغ، وخلل ظاهر في تصرفات المَمسوس وفقدانه السيطرة على نفسه، وتقدحُ عـيناهُ بالشرر، مـعَ احمرار ظاهر لبياضها، لأنَّ الجن من عالم الطيف غير المنظور، تردداته عالية جدًا، تجعل المَمْسُوس يشعرُ بأن هُناك نارًا تشتعل فيه.

وإنَّ من أصعب اللحظات وأشدها حرجًا في حياة الجن، تلك التي يَعْـبُر فيها **هالة** الإنسان، حيث يتمكن منه ويتمركز في إحدى **المراكـز** التي أوردناها من قبل، إذ أنه يمكن أن يَحترق في لحظة أثناء عُـبوره، ويفقد حياته، وهو يعرف ذلك ويحرصُ جدًا على ألا يُورد نفسه مَوارد التهلكة.

ولنضرب مثلا: إذا أرَادَ جنِّيٌ أن يَمَسَّ إنسانا معينا، فإنه ينظر إلى **هالته**، فإذا رآهَا من النَّـوع السَّاطِع، فلا يمكنه الاقـتراب منها خوفا على حياته، فإنه يقضي أيامه ولياليه يتابع ذلك الإنسان، حتى يقع في **غفلة شديدة** تضعفُ فيها أنوار هالته، أو يَـنكبُّ على **شهَوَاتٍ الجسد** التي ينسى معها كل شيء، أو **يقع في خَوْفٍ شديدٍ**، يَملك عليه كيانه، أو **يفقد السيطرة على أعصابه**، في نوبة غضب جنونية، هنالك فقط تضعف **الهالة**، فتخبو ويتغير لونـُها، فيَعبُرُها الجني بسلام.. لكي يَسكن المَـركز الذي يُريده في جسم ذلك الإنسان.

وعند عُبوره يُسَارع مُباشرة إلى: "**تغيير كهرباء الجسم، والتلاعب في الإشارات الصَّادرة إلي الأعضَاء**"، فيبدو من الإنسان ما لم يكن مألوفا من قبل، سواء كان هذا التغيير في الهيئة، أو الكلام، أو الحركات، أو السلوك، بل يتغيَّرُ تفكير المَمْسُوس، ولا يُصبح سويا.

ويكون من نتيجة ذلك أن يقع تشوهٌ **بالهَالة** يَراه الجن العَابرُون "**وهم كثيرون**"، فيعرفون أن هذا الجسد الآدمي، قد أصبح مرتعا خصيبا لهم، ومأوى يعبثون فيه كيفما أرادوا؛ لأنَّ صاحبه قـد فـرَّط فيـه، فأصبح متاعا مباحا لهم.

ثم تبدأ مرحلة الدفاع المُضاد بعد فوات الأوان، من الإنسان المَمْسُوس، والمُحيطين به، ضد مَجموع الجن، والشياطين العابثين أو الغازين لذلك الجسد، ولكن هيهات أن تعود الهَالة لحالتها الأولى، إلا بمحاولات مُستمرة ومضنية تدوم الليل والنهار لا تفتر بهدف كسب المَعركة الشرسة والخروج منها بما يَحفظ مَاء الوجه للإنسان.

وربما تعود الهالة إلى طبيعتها الأولى، بعد فترة طويلة من الزمن، ويكون ظاهرًا عليها بوضوح تام أثر المعركة السابقة، يستوجب دائما من الإنسان المحافظة على نفسه من الأسباب التي على أثرها خاض تلك التجربة المريرة.

يتمركز الجـن عند مَسّه لجسـم الإنسـان في **قواعد ثلاث مُعيَّـنة،** أو واحدة منها، ويعمل على العبث **بإشارات الجسم الكهربائية**، مما يتسـبب عنه اختلال بوظائف الأعضاء، ويؤدى ذلك إلى توقف عـُضو، أو أعـضاء في الجسـم عن أداء المَهام التي يقوم بها، أو جانب منها، وهذه القواعد هـيَ:

1- **القاعدة الأولى**: **الغدَّة النخاميَّة**: Pituitary Gland:

ويطلق عليها "**المايسترو**"**،** وهىَ القائد الأعلى لجميع الغدد الصَّمَّاء بالجسـم، حيث إنها تسـتقبل الإشـارات الواردة إليها من المخ عن طريق غدة الوطاء، فتفرز على الأقل سـتة هرمونات رئيسـية، تحمل الأوامر المُباشـرة إلى جميع الغدد الأخرى الموجودة بالجسـم، وتقوم بإرسـال هذه الأوامر عن طريق **جذع المخ** Brain Stem إلى الجهاز العصبي عبر النخاع الشـوكي إلى أماكنها في الجسـم، وبذلك فإنها مسئولة عن أداء الغدد الأخرى لعملها، هذا بالإضافة إلى أنها تفرز "**هرمون النمو**" Growth Hormone الذي يقوم بدوره الفعَّال في نمو الإنسـان، ولذلك فهي تبدأ بالظهور لأوَّل مرة بعد أربعة أسـابيع من عمر الجنين بحجم رأس الدبوس، ثم تباشـر فوراً العمل لبناء أعضاء الجنين بما يحويه من دقائق الخلق.

2- **القاعـدة الثانيــة**: **الضفـيرة الشـمسـية**.

التي تسـمَّى: **طـَاقة الهَــارَا** Muladhara Chakra.

مكانها: في منطقة البطن.

وهِـيَ: تختـزن الطاقة الكـُليَّـة، التي تتحكم في حركة الجسـم، والسَّاقين، والطاقة الجنسـية.

وعدم التوازن فيها يؤدي إلى: الإمسـاك، وأمْرَاض الأمعاء، وعضلات البطن، والجهاز العصبي، والقولون، ومنطقة العجز، والضعف الجنسـي عند الرِّجال.

3 - **القاعـدة الثـالثة**: **مركـز الكليتين** Sacral Chakra.

مكانها: أعلى منتصف عظمة الحوض مباشـرة.

والسـيطرة على هذه القاعدة: يوقف عمل الطاقة الجنسـية، أو يـُضعفها، أو يـُسـببُ فيها اضطرابا، ويـُثبطها.

السِّــحر

تعريف السِّحر: هوَ كُـلُّ أمرٍ يَخفى سَبَبُهُ، ويُتخَيَّلُ عَلَىَ غَيْرِ حَقِيقَتِهِ، ويَجْرِي مَجْرَى التَّمْويه، وهو كُلُّ مَا لَطُفَ مَأخَذُهُ وَدَقَّ، ومِنهُ السَّحَر آخِرُ الليلِ قُبَيْلَ الفجْر.

كيف يتم؟: هُوَ اتفاقٌ يَجري تنفيذه بين سَاحر وشَيْطان، يُحقق أهداف الطرفين، هَدَفُ السَّاحر فيه تحقيق منفعته المَادية، والمعنويَّة، وهدف الشَّيْطان إضلال البشر والتنكيل بهم باستخدام ذلك السَّاحر مَطيَّـة له، ووسيلة لذلك.

وتلك هيَ الحكمة في أنَّ السَّاحر في نار جهنَّمَ خالدًا فيها، وليس له توبة، لأنَّه خليل الشيطان وشريكه، ووليه في تحقيق الهدف، الذي أخذ إبليس على نفسه عهدًا لتحقيقه، عندما أقسم: { **قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ**} (سورة ص، الآية 82).

وهو تغييرٌ ظاهِـريٌ يتم في المَوْجُودَات، بفعل طلاسِم يتـلوهَا سَاحِرٌ تقربا بها إلى شيطان يُعاونه، فينتج عنها تغيير في الرؤيَة البصريَّة، وتغيير الواقع في صفات النـفس والبدن، فيرى السَّاكنُ متحركا، والمُـتصِلُ مُنفصلاً، والميتُ حيا، ويؤثرُ في البَدن: مرضا وثقلا وعقلا وبغضا ونزفا.

وهوَ موجودٌ، لقوله تعالى: {**وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي العُقَدِ**} (سورة الفلق، الآية 4).

وفيه دليلٌ عَلىَ أنَّ هذا النَّــفثَ فِي **العُقَدِ** يَضُرُّ المَسْحُور ضَرَرًا ملموسًا ومُبَاشِرًا، وإلا لمَا نزَلَ الاستعاذة منه، وأمَّا قوله تعالى:

{ **فَلَمَّا أَلْقَوْا سَحَرُوا أَعْيُنَ النَّاسِ وَاسْتَرْهَبُوهُمْ وَجَاءُوا بِسِحْرٍ عَظِيمٍ**} (سورة الأعـراف، الآية 116).

فيدلنا على أنواع السحر، فمنه الظاهِرُ ومنهُ البَاطنُ.

أنـواع السِّــحر

1- **السِّحر الظاهر**: هو تكليف من سَاحِرٍ لشيطان مَخصُوص؛ لكي يُسَيْطر على الهالة الكهرومغناطيسيَّة لإنسان ما، أو جزءٍ منها، من خارج جسمه، ويظلُّ ملازِمًا لهُ مُدَّة التكليف، بقصد إلحاق ضرر مُعين بذلك الإنسان، وهذا النوع من السِّحْر الذي استخدمه سَحَرَة فرعوْن ليأخذوا أعيُن النَّاس.

2- **السِّحر الباطِن**: هُوَ تكليفٌ من سَاحِرٍ لشيطان مَخصُوص، باختراق هالة إنسان ما، في وقت محدُود بقصد إلحاق الضرر به، بكيفية مُعيَّنة، عن طريق التحكم من داخل ذلك الإنسان في أحد المراكز، وغالبا ما يكون مركز **الغُـدَّة النخامية** Pituitary Gland، الموجودة في قاعدة المُخ والتي تحدَّثنا عنها من قبل، وينتج عن ذلك التكليف، أشد أنواع الضرر لهذا الإنسان في قواه الجسميَّة، والعقليَّة.

قـاعدة عَـامَّة

يتم التعاون بين الشيطان، والسَّاحر، بناءً على مَواثيق، وعُهود بين الطرفين، يتعهد فيها الطرف الثاني، للطرف الأوَّل، بتقديم طقوس مُعيَّنة، بكيفية مخصوصة،

كالعزائم الشِّرْكيَّة، والسُّجُود له، والتقرُّب بإطلاق بخورٍ مُعَيَّن، وفعل أو ترك أشياء متَّفق عليها بينهما، كاللوَاط، والزِّنا، أو ترك صلاة مُحدَّدة، أو الصلاة كلَّها تقربًا لهُ.

ويتوقف مَدى التعاون بينهما، على ما يُقدِّمه السَّاحر للشيطان من قرابين، تمُرُّ بكتابة "**القرآن الكريم**" - ونعوذ باللَّه من ذلك - بدم الحيض، أو النجاسة، أو الاستمناء عليه في بيت الخلاء، وتنتهي بتمزيقه إلى نصفين، ووضع كُلْ نِصف تحت قدم السَّاحر وربطه، ودخوله بيت الخلاء على هذه الحالة، حيثُ يمكثُ لتلاوة عزائمه الشركيَّة.

وكعلامة رِضا من الشيطان عمَّا فعله السَّاحر يُسخر له مجموعة من أعتى مجرمي الشَّياطين؛ ليكونوا في خدمته، حيثُ يأمُرهم، ويوجههم لأذى من يُريدُ من بني آدم، فلا يملكون مُراجعة أوامره، ويتم ذلك عن طريق استخدام بصمة ذلك الإنسان الكهرومغناطيسيَّة "**الهالة**"، أو شيء من **أثره** يدلُّ عليه، كشيءٍ من مَلابسه، أو أحد مُقتنياته، أو اسمه، واسم أمه، والمَوطِن الذي يعيش فيه، وبعد تلاوة العَزائم مع إطلاق البُخور، يتم تعيين الضرر المَطلوب إلحاقه بذلك الإنسان.

أعـرَاضُ السِّـحر

يشْعُرُ المَسْحُور غالبًا بالشرُود، والصُّداع الدَّائم، وإذا كان السِّحرُ مأكولاً، أو مَشروباً فإنَّهُ يشعُر بألم دائم في المَعِدَة، أو عُطل في عُضو أو أعضاء من الجسم.

وأمَّا في أثناء النوم فيشعُر بأرق دَائم، وأنَّـهُ لا يَأخذ كِفايته من النـَّوم، ويَرى أحلامًا مُفزعَة وأشياءً تطارده، أو أنهُ يسقط من مكانٍ عالٍ.

ولأنَّ ارتباط الشيطان بالمسحور يتسببُ في رفع ذبذباته، فينشأ عن ذلك إحساس المَسْحُور بعدم استقرار في صحته، وآلام تنتقلُ بين أعضاء جســده، فيرى أو يَسْمَعُ ما لا يشعُرُ به الآخرون، وترتفع درجة استشعاره بصورة أكبر من المُعتاد بسبب سيطرة الجن على حواسه، فهو في الحقيقة يرى بأعين الجن ويسمع بآذانهم، ويبقى أسير ذلك العارض حتى يزول عنه بطرق علاجية بسيطة ولكنها فعالة تجعل الجن يهرب خوفًا على نفسه من الهلاك في أتون نار أشد منه فتكًا.

عـلاجُ المَـس والسِّــحر

سألني أحد المعالجين على الهاتف عن ظواهر غريبة تعتري إحدى مريضاته، فطلبت منه أن يصلني بها، وبعد أن وجهت لها عدة أسئلة طلبت منها أن تصلني بالمعالج، وأبلغته أن مريضته لديها مس جني، فصارحها، فردت بالإيجاب، فقال لها: نخرجه، فقالت: لماذا أطرده وهو لم يؤذيني؟؟؟.

ومثل تلك الإجابة أسمعها من كثيرات، بل إن إحداهن طلبت أن يظهر لها الجني كي تستفيد منه، وكلها عوامل مرضية أساسها ضعف النفس نتيجة وهن أصاب روح الممسوس أو المسحور، ويجب على المعالج أن يستعين بالله تعالى ويستنهض همة المريض قبل أن يقدم له العلاج، ويقول الله تعالى على لسان إبراهيم عليه السلام: {**وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ**} (سورة الشُّعراء، الآية 80).

ولأنَّ الشفاء يأتي من الله تعالى وليس من الدواء، لذلك فالعلاج الصحيح يتوقف على الأخذ بالأسباب، ويرتكز على دعامتين أساسيتين، هما:

- **اعتقاد المعالج في طريقة العِلاج.**
- **إرادة المَريض في الشـفاء.**

ويجب أن تتوفر شروط لصحة العلاج في شريعتنا الإسلامية أهمها:
1- **طهارة المُعالج والمَريض، وصدق التوجه للّهِ الشَّافي**.
2- **أن يكون مَكان العلاج خاليًا من المُخالفات الشرعيَّة**.
3- **إخلاص نيَّة المُعالج، والتضرُّع للّه تعالى، أن يتم شفاء المريض على يديه**.

طرق عـلاج المس والسحر

العِـلاج باللمسـَة

تختلف طرق علاج المس والسحر بالطاقة الحيوية تبعًا لأسلوب المعالجين، فمنهم من يستخدم الطاقة التي تخرج من اليد، وهي طاقة حقيقية فعالة في العلاج أمكن تصويرها بجهاز "كيرليان" **كما تبدو في الصورة أعلى الصفحة**، وهي التي نسميها في عقيدتنا الإسلامية: **العلاج باللمسة (الريكي)**، ووردت الأحاديث بشأنها ومنها ما رواه الإمام مسلم عَنْ عُثْمَانَ بْنِ أَبِي الْعَاصِ الثَّقَفِيِّ أَنَّهُ شَكَا إِلَى رَسُولِ اللَّهِ r وَجَعًا يَجِدُهُ فِي جَسَدِهِ مُنْذُ أَسْلَمَ فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ r: "**ضَعْ يَدَكَ عَلَى الَّذِي تَأَلَّمَ مِنْ جَسَدِكَ وَقُلْ**: **بِاسْمِ اللَّهِ ثَلَاثًا، وَقُلْ**: **سَبْعَ مَرَّاتٍ أَعُوذُ بِاللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ**"، حديث رقم: 4082.
وفوائد العلاج باللمسة أو المسح على موضع الألم، أو بالدعاء عظيمة جدا لا ينكرها أحد، فكم من مريض شفاه الله تعالى بلمسة حانية، وكم من أكف ارتفعت إلى السماء بضراعة تدعو لمريض فنجاه الله تعالى من براثن المرض، وليس غريبًا أن نجد بعض العقائد الأخرى التي تلجأ إلى استخدام الدعاء أو اللمسة في العلاج بعد أن ثبت أثرها العلمي الفعال، ومنها جماعة "**المانترا**" الفيدية الهندية التي تحث أتباعها علىَ التضرع بحرارة وصدق أثناء طلب الشفاء لمَريض بعينه يرقد في المستشفى بعد أن قرر الأطباء تضاءل الأمل في شفائه.

العِلاج بالماء المشحون بالطاقة

ومن الطرق العلاجية أيضا استخدام الماء المقروء عليه لشحنه بالطاقة النورانية التي تؤذي الجن والشياطين وتطردها، وهي التي أوردها بن حجر العسقلانيِ (كتاب: فتح الباري، الجزء:244/10)، عن وهب بن مُنبه، لعِلاج الرجل إذا أخِذ عَن زوجَته، وهو مِمَّا لا يَخرج عن الشــرع، وتمَّ تجربته وثبت فاعليته بدرجة عالية جدًا، وهو:

- أن يَأخذ المَربوطُ أو "**المُعالجُ**" سَبْعَ وَرقاتٍ من سِدْر أخضر أو مِن "**كـافور**"، فيَدقهَا بين حَجَرَين، "يُمسكُ السَّبعَ ورقات ويضعها فوق حَجَر ويَدقه بالحَجَر الآخر"، ويتم ذلك فوقَ إناءٍ فيه مَاء نظيف، ثمَّ تـُقَلَّبُ الوَرقات المَدقوقة بالماء، باستعمال أصبع السَّــبَّابة اليُمْنَىَ، ويتم القراءة على هَذا المَاء: آية الكُرسي، والمعُوذات: الصَّمد، والفلق، والنَّاس، وتكرر 3 أو 7 مرَّات، ثمَّ يَشربُ المَسْحُورُ ثلاثَ حَسَوَاتٍ منه، ويسمي الله في كل مرة، ثمَّ يستحم منه في مكان طاهر، مع تدليك الجسم جيدًا.
- يشرب، ويستحم بماءٍ مقروء عليه الآيات: 81، 82 سورة يونس، والمعوذات الثلاثـة، تكرارًا (ثلاث مرات).

• قراءة ما وَرَدَ في البند السَّابق عَلى "**زيت حَبة البركة**"، وتكرار الدِّهَـان، والشرب منها، ورَدَ في الصَّحيح، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّهُ سَمِعَ رَسُولَ اللَّهِ r، يَقُولُ: "**فِي الْحَبَّةِ السَّوْدَاءِ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ إِلاَّ السَّامَ**" (صحيح الإمامِ البخاريُّ، حديث رقم: 5256). قَالَ ابْنُ شِهَابٍ: **وَالسَّامُ**: الْمَوْتُ، **وَالْحَبَّةُ السَّوْدَاءُ**: الشُّونِيزُ. ولقد أثبتت نتائج الأبحاث العلمية أنَّ **الحبَّة السَّوْدَاء**، ترفع كفاءة "**جهاز المناعة**"، إلى درجاتٍ عالية، مما يزيد من كفاءته فيتغلب على جميع الميكروبات والجراثيم والفيروسات المُهاجمة للجسم، وبذلك يتخلص المَرِيض من جميع مشاكله الصِّحيَّة دَفعة وَاحدَة، مع بقاء سـَّيال **الطاقة الحَيويَّـة** Vital Energy، داخل الجسم نشطا.

• وثبتت نفس النتيجة السَّـابقة بالنسبة لعسل النحل، ومن الممكن قراءة ما وَرَدَ في البند السَّابق عَلى "**عسل النحـل**"، وتكرار الشُّـرب منه، كَمَا رَوَى ابن مَاجة، عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بن مَسْعُود، أَنَّ رَسُولُ اللَّهِ r، قَالَ: "**عَلَـيْكُمْ بِالشِّفَاءَيْنِ: الْعَسَلِ وَالْقُرْآنِ**" (سـنن ابن مَـاجة، حديث رقم: 3443). وفيه استعمال الشفاءين معا لإبطال المس، والسِّـحر، وما يُريبُ الإنسان.

• ويبقى الكلام على ما يفعله "التمرُ" في الجسم مُثيرًا لاهتمام العُلماء، حيثُ ثبتَ أنه يتحوَّل داخل الجسم إلى ما يُشبهُ الجُرْعَات الوقائية التي تسري مع الدَّم وتكون في حالة نشاط تام لمدَّة لا تقل عن اثنتي عشرة ساعة مُتواصلة، وَهوَ تماما نفس الكلامِ الذي قاله النبيُّ مُحَمَّدٌ r، مُنذ أكثر من أربعة عشر قرنا مِنَ الزمان، فِيمَا رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ، عَنْ سَعْدٍ بن وَقَّاص، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ r، يَقُولُ: "**مَنْ اصْطَبَحَ بِسَبْعِ تَمَرَاتِ عَجْوَةٍ لَمْ يَضُرَّهُ ذَلِكَ الْيَوْمَ سَمٌّ وَلاَ سِحْرٌ**" (صحيح الإمامِ البخاريُّ، حديث رقم: 5334). وفيه بيان: **الجُرعة، والأثر الطبِّي، ومدَّة سريان المَفعُول**، وهو من عظمة الهدي النبوي، لرسول الله r، وهو المُحَدَّثُ بالوحي .

الوقـاية خَـيرٌ منَ العِـلاج

هناك ثوابت نعرفها جيدا ويجب أن نثق بها، وهي:

• إنَّ الشياطين تكره الروائح الطيبة، وتحب الروائح الخبيثة، فلم لا نحرص على أن يكون جو المنزل معطرا خاليا من المنكرات كرائحة دخان السجاير مثلا؟، وأن يكون الإنسان نفسه معطر طيب الرائحة كالحبيب المصطفى r.

• إنَّ الشياطين لا تأكل أو تشرب مما ذكر عليه اسم الله، فيجب ألا ننسى قول: "**بسم الله الرَّحمن الرَّحيم**": أول وقبل تناوُل أي طعام أو شـراب، وعنـد بدء أي عمل، وفي باكورة كل شيء تحب أن تحافظ عليه؛ لقطع الطريق على الشياطين، والاحتراز من أذاهم.

• التسمية على الطعام والشراب تفيد الممسـوسين جداً؛ لأنها تحرم الجنَّ المَاسُّ من المشاركة في الطعام والشراب، وبتكرار هذا القـَوْل، والمُوَاظبة عليه صَباحاً ومَسَاءً، ليلاً ونهاراً، يعطش الجن ويجوع، فيحمل عَصَاهُ ويَرْحَل، وسط خيبة أمله بدون أي علاج آخر، وهو مجرب.

- ذكر الله تعالى: يمنح الطعام والشراب وحياة الإنسان نورانية تغلفه، وتمنع الجن أو الشياطين من مشاركته في تلك الحياة.
- احرص على قراءة الْمُعَوِّذَاتُ: وهيَ تعني ثلاث سُوَر من القرآن الكريم، هيَ: الإخلاص، والفلق، والنَّاس.
- لمَّا جَمَعَ فِرْعَوْنُ كِبَار السَّحَرَة، لنبيِّ الله مُوسَى عليه السلام، وأجمَعُوا كيدهم، وألقوا عِصيِّهِم، وتحرَّكَ سِحرهم، أبطله الله تعالى لمُوسَى عليه السلام بقوله تعالى: {**فَلَمَّا أَلْقَوْا قَالَ مُوسَى مَا جِئْتُمْ بِهِ السِّحْرُ إِنَّ اللَّهَ سَيُبْطِلُهُ إِنَّ اللَّهَ لاَ يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ * وَيُحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ**} سورة يونس، الآيتان 81، 82. وهِيَ تصْلح لإبطال أي سحر، ومُجَرَّبة كثيراً جداً.

لقد تناولنا هنا رءوس أقلام لعلاج المَس والسِّحر، فمَن سَارَ على الدَّرْبِ نجَا، ونحن على يقين أن الله تعالى قد أكَّـدَ لنا: {**إِنَّ كَيْدَ الشَّيْطَانِ كَانَ ضَعِيفًا**} سورة النساء، من الآية 76.

نجانا الله تعالى وإيَّاكم من كل شر وهَم وغم

تَـذكرة العِـلاج بالطـاقة الحَيَويَّـة

- **إذا أردت السَّكينة**: فعليك بكتاب الله، لأنَّ الملائكة تصحبك، فتحيط كيانك بالنورانيَّة والاطمئنان.
- **إذا أردت الخشوع**: فألزم قلبك الذِّكر، والتدبر فيه، واعلم أنَّ "**الأسيتايل كولين**" (من أهم المَواد الناقلة للتيَّار العصبي) يتدفق مع الخشوع، فيُعطي الجسم الطاقة الحيويَّة اللازمة لعمل الأعضاء في أحسن صورة مُمْكِنة.
- تذكر أنَّ خلايا جسمك تعمل بصفة دائمة كمصانع مُتكاملة بقدرة الله، فاجعل مع بداية كل غذاء يَدخل الجسم كلمة: "**بسمِ الله الرَّحمن الرَّحِيم**"، التي تمنح خلايا الجسم طاقة حيويَّة لتأدية مَهَامِهِا.
- **إذا أصَابك القلق أو التوتر**: فاعلم أنهما **يُحطمان تفاعلات الجسم**، ويُحولها إلى سمُوم تضرُّ بالقلب، ومستويات المُخ العُليا، وتضعف الجسم وتصيبه بالأمراض، وإنمَا تأتي النار من مُستصغر الشرر.
- **لإزالة التوتر**: اشرب كوب من الماء مقروء عليه **المَعُوذات**، ثمَّ استرخي على مقعد مُريح، والأفضل على الأرض ويداك بجانبك ووجهك لأعلى، وتتنفس الشهيق والزفير بعمق، وارخي عَضلات جسمك الواحدة بعد الأخرى بداية باليدين حتى القدمين.
- **تذكر أنَّ أساس الصِّحة يكون مع الحركة**: وهُو قول الله تعالى: {**فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِنْ رِزْقِهِ**} (سُورة المُلك، آية رقم: 15)، **ونلاحظ أن الأمر بالمشي يسبق الأمر بتناول الطعام**، فلا تجلس أكثر من ساعة تغير فيها جلستك من حين لآخر، وراعي أن يكون جلوسك خلالها صحياً، ثمَّ قف وامشي قليلا أو انزل من سيارتك وحرِّك عضلات جسمك.
- **مع كل وضوء احرص أن تدلك بقوَّة**: كامل **الوجه** (في حركة دائريَّة)، و**اليدين** إلى المَرافق والرَّأس (ذهابا وإيَاباً)، و**القدمين** (مع فرك الأصابع وباطن القدمين)، فإنَّ ذلك فيهِ تنشيط **لقنوات الطاقة الأربعة عشر**،

التي تعطي الطاقة الحيويَّة للجسم، وتنشيط للدَّورة الدمويَّة، وجميع الأعضاء الداخليَّة للجسم.

- **تذكر أنَّ أعظم التمرينات الرياضيَّة التي يؤدِّيها الإنسان على الإطلاق هيَ الصَّلاة،** فأحْسِن فيها الخشوع والركوع والسُّجود، لكي تستفيد أقصى ما يُمكن من تمارين تأخذ منا 8 ساعات أسبوعياً، وتأتي بالدرجة الأولى في مصلحة الجسم والرُّوح معاً، وهو ما يغيبُ عن كثيرين منا فيسرق من صلاته ويظلم نفسه، ولا تكن من الذين يُقال لهم: "**ارجع فصلي فإنك لم تصلي**".
- **للتخلص من كآبة الروح وخمول الجسم**: دلك الرأس والوجه واليدين بأحد الزيوت المُنعشة والمُريحة للنفس، والمُتوفرة لدى العطارين مثل: **زيت البرتقال، والليمون، والكَافور، واللافندر، والبنفسج، والقرنفل، والياسمين، وخشب الصندل، وزيت الزيتون المُضاف عليه نسبة من زيت النعناع،** ويُمكن إضافة قطرات منها إلى حمَّامك لتشعر بالرَّاحة والثقة بالنفس وهدُوء الأعصاب واسترخاء العقل والإحساس بالسعادة.
- **للتخلص من الغضب**: عليك بالوضوء مع التدليك الجيد، لأنَّ الغضب جذوة من النار يُطفؤها الماء.
- **للتخلص من ثورة الغضب**: حوِّل تفكيرك عن المُشكلة التي تواجهك، وذلك بأن تجلس إذا كنت قائماً، أو تتكئ إذا كنت جالساً وتصرف وجهك عن الجهة التي يأتي منها سبب غضبك، **واعلم أن سرَّ قوتك في أنك تملك نفسك عند الغضب.. وهو**: **سرَّ قوتك الحقيقي**.
- **للتغلب على أي مُشكلة**: قسِّمهَا إلى أجزاء وتعامل مع كل جزء على حِدَة، تجد أنَّ الله يُعينك على حلها مادمت أنت ترغب في ذلك.
- **حياتك محدودة بزمن قصير**: فحافظ عليها واجعلها حياة سعيدة بالبعد عن: **الصخب والضجيج والعنف والأضواء الساطعة، وعن أسباب المشاكل الصحيَّة والنفسيَّة، والجأ إلى الله وحده لحل مشاكلك ثم من تحبه وتأنس إليه نفسك**.
- **للتخلُّص من الزغطه**: تنفس بعمق وهدوء، حتى يصل امتداد هواء الشهيق إلى البطن، فاحبسه بضع ثوان ثم أخرجه ببطء شديد، فتنتهي الزغطة فورًا بعد نفس واحد فقط.

- **للتخلُّص من الصُّدَاع**: دلك الوَجه وجانبي الرأس **بزيت البنفسج أو اللافندر أو الياسمين،** مع قول: "**اللهمَّ ربَّ الناس أذهب البأس واشفي أنت الشافي، لا شفاء إلاَّ شفاؤك، شِفاءً لا يُغادرُ سَقمَا**"، وحاول معرفة سبب الصداع وتغلب عليه.
- **حافظ على حيويَّة حمَّامك**: باستعمال الماء الدَّافئ، والصَّابون أو الشامبو أو الزيت الذي تحب استعماله، **وكيس التفريك** أو **الليفة الطبيعيَّة**، واعلم أنها أهم ما في حمَّامك، وتذكر أنَّ رسول الله e كان يستعمل في حمَّامه **الإزخِر** لتدليك الجسم، وهو نبات طيب الرَّائحة، وكان يجعله حشواً للوسادة التي ينامُ عليها.
- **لا تذهب إلى النوم وأنت مُشوَّش الفكر**: بل استرخي تماماً بالقراءة أو سماع المذياع أو مُشاهدة التليفزيون، مُدَّة لا تقل عن **ثلاثين** دقيقة، حتى تتوفر لديك الرغبة في النوم، ثمَّ ادخل إلى السرير وهو يداعب جفونك.

- **عند النوم استلق على ظهرك وردِّد الدُّعاء المأثور**: ثمَّ تنفس بهدوء وعُمق، واستمع لصوت تنفسك ونبضات قلبك، وحركة الدورة الدَّمويَّة داخلك، وتفكر في عظيم صنع الخالق، وطموحاتك التي تصبو إليها حتى يثقِلُ النوم جفونك، عندها تحوَّل إلى الجانب الأيمن بهدوء، ونم بسعادة.
- **للتغلب على آلام الفقرات القطنيَّة (أسفل الظهر)**: استلقي على ظهرك وألقي يديك بجانبك، ثمَّ ارفع قدمك اليُمنى باستقامة لأعلى مرات قدر الاستطاعة، ثمَّ القدم اليُسرى مثلُ ذلك، ثمَّ انهض قليلاً بالرأس وأعلى الصَّدر مثلُ ذلك، وعندما تريد القيام تحرَّك على يديك وقدميك لتساعد العمود الفقري، وتعود على ذلك التمرين تحافظ به على سلامة وحيوية فقراتك القطنية.
- لمُواجهة أغلب الآلام داخل الجسم: يصلح مع أغلبها شرب ماء تمَّ قراءة شيء من كتاب الله عليهِ بيقين خالص، خاصة الفاتحة، وآية الكرسي، والمعوذات، وهي ضمن الآيات التي وردت بفضل التداوي بها نصوصٌ صحيحة، قوله تعالى: {وَنُنَزِّلُ مِنْ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلاَ يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَارًا} (سورة الإسراء، الآية رقم: 82).
- لمُواجهة أغلب الآلام داخل الجسم: ننصحُ أن تضع يدك اليُمنى على موضع الألم، وتطلب الشفاء بتضرُّع من الله تعالى فيُصلِح لك خلايا جسمك التي تواجه الموقف نيابة عنك، (تفعل ذلك لفترات لا تقل في المرة الواحدة عن 15 دقيقة).

- لمُواجهة أغلب الآلام خارج الجسم: ابحث عن سببها داخل الجسم، فستجد أنَّ لها جذوراً عميقة.. استجمع قواك واقتلعها.
- لمواجهة أغلب تيبس العضلات في أي منطقة من الجسم: يجب أن تسترخي، ثمَّ تدلك المنطقة التي تؤلمُك بطول الجسم ذهابا وإياباً، والأفضل استعمال نوع من الزيوت العطريَّة (كزيت النعناع المخلوط بزيت الزيتون بنسبة 1 : 5)، والذي يُساعِد على تنشيط الدَّورة الدَّمَويَّة.
- لمُواجهة الاكتئاب: اذهب بعيداً إلى أحد الأماكن الخلويَّة المفتوحة، ومارس رياضة المشي، وتمارين التنفس العميق، واعلم أنك مازلت تملك الحياة، وتعيشها مرة واحدة مدتها ساعة من عمر الزمان، ومهما حدث فتذكر أنك أتيت إلى الدُّنيا خالي الوِفاضِ لا تملكُ شيئاً، والله تعالى من فضلهِ أعطاك، ثمَّ أدخلك في اختبار، وعليْكَ شهُودٌ يكتبون أقوالك وأفعالك.
- هل جرَّبت أن تقوم الليل والناسُ نيام، وتقدِّم لله تعالى طِلباتك وعليها دموعك، ففي هذه الساعات ينال الإنسان أعظم طاقة حَيويَّة، تجعله قادراً على مُواجهة أشد الأمراض فتكاً، لأنَّ السَّامعَ والمُجيبَ هو رَبُّ العزة تبارك وتعالى الذي يُناديك من السَّماء الدُّنيا: هل من سائل فأعطيه؟، هل من مستشفٍ فأشفيه؟، هل من مستغفر فأغفر له؟.
- والفضلُ لله.. باليقين الخالص.. والإرادة القويَّة.. والعزيمة الصَّادقة، أمكن علاج حالات من السَّرطان باستخدام الطاقة الحيويَّة، وأتت ثمارها بالشفاء وموت الخلايا السرطانيَّة، بشهادة الأطباء المُعَالجين بعد إجراء التحاليل الطبية اللازمة.
- أدعوك أن تمَارس العلاج باللمسة بنفسك واستخدم يدك اليُمنى، بوضعها على مكان الألم فور الشعور به، وثق أن تلك اليد قد وضع المَولى سبُحانه فيها مُقوِّمَات الشفاء، فاطلبه بنيَّةٍ صادقةٍ من الله وحده الشافي.
- تذكر أن الشفاء يأتي من الله وحده، فتمسك به والجأ إليه، وهو قوله تعالى: {وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي} (سورة الشعراء، الآية رقم: 80).

•

الوَضُوء وتنشِيط قنَوات الطاقة الحيَويَّة

ثبت لي بعد أبحاث استغرقت عدة سنوات أن **طاعة الإنسان لأوامر الخالق سبحانه وتعالى** المتمثلة في تأدية **التكاليف الشـَّرعيَّة**، هيَ: **أعظم مَوارد الطاقة الحَيَويَّة المتجددة** التي تحفظ للإنسَان **انسجام وتوافق روحه مع جسده**، وبدون أداء تلك التكاليف على وجهها الصحيح تتململ الروح داخل الجسد ويعيش الإنسان في دوامة لا تنتهي من الملل والفراغ.

كما ثبت علميًا أن الوضوء بالماء يعمل على تدليك أطراف الجسم، وبالتالي فهو يعمل على تنشيط بدايات ونهايات قنوات الطاقة الحيوية، كما أنه يعيد ترتيب الطاقة الكهرومغناطيسية على الجلد والأعضاء الحيوية بالجسم (الوجه والأطراف) مما يكون له أثرٌ كبيرٌ في تنشيط جميع قنوات الطاقة الحيوية، وبالتالي تنشيط الهالة وهي الغلاف الحيوي الذي يُحيط بكل إنسان وكائن حي، ولعل تلك الأسرار قد عرفها اليوجيون وأصحابُ الرياضات الرُّوحية بالممارسة، مما حدا بهم أن يفرضوا النظافة الدورية على أتباعهم، لمَّا وجدوا لها ذلك التأثير الكبير في الصحة العامة لأعضاء الجسم بالكامل.

ولقد أثبت العلم الحديث تأثير الانفعالات، والقلق، والتوتر، والغضب، وآثارها الضارة على الإنسان، وكل المخلوقات، فـفي المواقف الخطيرة يكون رد الفعل إمَّا بالهروب أو بالهجوم، فتزداد سرعة نبضات القلب، ويرتفع ضغط الدَّم، وتنقبض الأوعية الدمويَّة الموجودة في الجلد، ويزداد توتر العضلات، وجريان الدَّم إليها، ويزيد مُستوي السُّكر في الدَّم، وتزداد قابليَّة الدم للتجلط، ويَعني ذلك أنَّ الجسم يُعِدُّ نفسه بسرعة لمُواجهة الخطر، وفي تلك الحالة يشكل الغضب وانفعالات التوتر جذوة من النار يمكن **للوضوء** أن يطفئها في الحال ويقضي عليها في مهدها.

والجدير بالذكر أنَّ المسئول عن إثارة كل هذه التغيرات هو الجهاز **العصبي الإرادي** Sympathetic System، الذي يزيد من إفراز الغدة الكظرية، التي تعمَد إلي ضخ كميَّة كبيرة من **هُرمُون التوتر** Stress Hormone، وهو هرمُون **الكُورتيزون** Cortisone، فتؤدِّي الزيادة إلى سرعة نبض القلب وارتفاع في ضغط الدَّم، فيؤدي ذلك إلى زيادة احتياج القلب إلى الأكسجين، فتحدث **الذبحة الصدريَّة** في الأشخاص المصابين بأمراض الشرايين التاجيَّة، وازدياد قابليَّة الدَّم للتجلط يُهيِّئ الفرصة لتكوين جلطة داخل أحد الشرايين التاجيَّة Coronary Artery Embolism المُغذيَّة للقلب فتحدث الأزمة القلبيَّة، وغالبا فإنَّ الأشخاص الذين يتعرضون للتوتر الدَّائم، والضغوط النفسيَّة، تزداد سرعة نبض قلوبهم، ويرتفع لديهم ضغط الدَّم، فتؤدِّي هذه الاضطرابات إلى تلف تدريجي في **الشرايين التاجيَّة**، و**القلب** ذاته.

روى البُخاريُ، ومسلم، عن النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ قَالَ: أنَّ رَسُولَ اللَّهِ r قالَ: "**أَلاَ وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلاَ وَهِيَ الْقَلْبُ**" (صَحِيحُ البخاري، حديث رقم50).

والوُضوء في الفقه: إيصَالُ الماء إلى الأعضاء الأربعة، وهيَ: **الوجه**، و**اليَدَيْن**، و**الرَّأس**، و**الرِّجلَيْن**، معَ النيِّة.

وكما عرفنا من قبل فقد اكتشف سير " **توماس ليفير**" الطبيب الإنجليزي سنة 1937 جهازًا عصبيا غير معروف، ولا يتبع الجهاز الإرادي أو اللاإرادي، ويتكوَّن من شبكة من **القنوات** Chanals، نصف قطر القناة يتراوح من 15 إلى 20 ميكرون، وجدار القناة من غشاء رقيق، وتمتلئ بمادة شفافة عديمة اللون، ومُحاطة

بالأوعية الدمويَّة التي تتصل عن طريقها **بالجهاز الدوري** Circulation of The Blood، ويخرج منها قنوات فرعيَّة تمد الأعضاء الداخليَّة بالطاقة، وقنوات فرعيَّة أخرى تصل إلى سطح الجلد.

وتتركز بدايات ونهايات قنوات الطَّاقة الحيويَّة، في أطراف أصابع **الكفين، والقدمين**، وتوجد النقاط المُؤثرة في تنشيط تلك القنوات بأجزاء الوجه بالكامل.

جدول بدايات ونهايات قنوات الطاقة الحيويَّة

م	اسم القناة	الاتجاه	بدايتها	نهايتها
1	الأمعاء الدَّقيقة	لأعلى	طرف الخنصر	أمام وسط الأذن
2	الأمعاء الغليظة	لأعلى	طرف أصبع السَّبَّابة	أسفل فتحات الأنف
3	المُسخِّن الثلاثي	لأعلى	طرف البنصر	عند طرف الحاجب
4	قناة الكُلَى	لأعلى	مركز باطن القدم	أسفل الترقوة
5	قناة الكبد	لأعلى	أصبع القدم الكبير	أسفل الحلمة
6	قناة الطحال/ البنكرياس	لأعلى	أصبع القدم الكبير (من خارج الظفر)	الضلع السَّادس
7	قناة المَعدة	لأسفل	أسفل منتصف الجفن	أصبع القدم الثانية
8	قناة المثانة	لأسفل	أعلى منتصف العين	أصبع القدم الصغير
9	قناة المرارة	لأسفل	بالصدغ أمام العين	أصبع القدم الرَّابعة
10	غشاء التأمور	لأسفل	خارج الثدي	طرف الوسطي
11	قناة الرِّئة	لأسفل	تحت الترقوَة	طرف الإبهام
12	قناة القلب	لأسفل	جانب القلب	طرف الخنصر
A	الوعَاء الحاكم	لأعلى	العُصّ /أسفل الظهر	منتصف الشفة العليا
B	قناة الحمل والإخصاب	لأسفل	أسفل منتصف الشفة السُّفلى	أمام فتحة الشرج

مُحصِّلة الجدول السَّابق

أولا: **قنوات للطاقة تبدأ، أو تنتهي بأصابع اليدين**:

1ـ طرف الأصبع الإبهام: تنتهي قناة الرئة.

2ـ طرف الأصبع السبَّابة: تبدأ قناة الأمعاء الغليظة.

3ـ طرف الأصبع الوُسطي: تنتهي قناة غشاء التأمور.

4ـ طرف الأصبع البنصر: تبدأ قناة المُسخن الثلاثي.

5ـ طرف الأصبع الخنصر: تنتهي قناة القلب.

6ـ طرف الأصبع الخنصر: تبدأ قناة الأمعاء الدقيقة.
وهو ما يعني وجود ستة قنوات تبدأ وتنتهي مع أطراف الأصابع في كل يد.
ثانيًا: قنوات للطاقة تبدأ، أو تنتهي بأصابع القدمين:
1ـ داخل ظفر إبهام القدم: تبدأ قناة الطحال / البنكرياس.
2ـ خارج ظفر إبهام القدم: تبدأ قناة الكبد.
3ـ خارج ظفر سبَّابة القدم: تنتهي قناة المعدة.
4ـ جذر أصبع القدم الوسطى (باطن القدم): تبدأ قناة الكلى.
5ـ خارج ظفر بنصر القدم: تنتهي قناة المرارة.
6ـ خارج ظفر خنصر القدم: تنتهي قناة المثانة.
عِلمًا بأنَّ هذه القنوات الاثنتا عشرة، يُهيمنُ عليها قناتان رئيستان، هُمَا:
1ـ **قناة الوعاء الحاكم**: في مُنتصف الظهر صُعودًا.
2ـ **قناة الحمل والإخصاب**: في مُنتصف الصَّدر هبوطًا.
ولقد عَرَفَ حُكماء الشَّرق منذ حوالي ثلاثة آلاف عَام، وخاصة في **اليابان**، أن **التدلِيك** Massage، من أهم طرق تنشيط **قنوات الطَاقة الحيويَّة** بالجسم، والمُصلِّي يقوم بتدليك أعضاء الوضوء حوالي خمس مرات يوميًا على الأقل، وبذلك يتم تنشيط قنوات الطاقة لدى المُصَلِّي بصفة مُستمرَّة، مِمَّا يُقلل لديه نسبة الإصابة بالأمراض.
وإذا اقتدينا بفعل رسول الله r، فيما رواهُ الإمام مسلم، عَنْ بُرَيْدَةَ بن الحَارث، قَالَ: "**كَانَ رَسُولُ اللَّهِ r يَتَوَضَّأُ لِكُلِّ صَلاَةٍ، حَتَّى كَانَ يَوْمُ فَتْحِ مَكَّةَ صَلَّى الصَّلَوَاتِ بِوُضُوءٍ وَاحِدٍ وَمَسَحَ عَلَى خُفَّيْهِ، فَقَالَ لَهُ عُمَرُ: رَأَيْتُكَ صَنَعْتَ شَيْئًا لَمْ تَكُنْ تَصْنَعُهُ، قَالَ: إِنِّي عَمْدًا صَنَعْتُ يَا عُمَرُ**" (صَحِيح مسلم، حديث رقم: 415).

الوضوء من منظور فيزيقي

من المعلوم: أنَّ الشياطين تحب الرَّوائِح الكريهة، ولذلك فهي تجتمع عليها، وتحب كل خبيثٍ؛ لتعفَّ عليه كما يعفُّ الذباب على بغيته، وتحبُّ كل من لا يستبرئ لبوله، أو يغتسل من الجنابة، وتحوم حوله كما تحومُ الطيُورُ على الرِّمَم، وتكون النتيجة أنَّ تتسبب مؤانسة الشياطين للإنسان الذي لا يُصلِّي، واقترابهم منه، في رفع ذبذباته؛ **لأنهم نارٌ**، فتزدادُ عنده حدَّة الانفعالات، ويأخذه الغضب لأتفه الأسباب، وبذلك تختل تفاعلات الجسم الهرمونية، كما وضحنا ذلك من قبل.
ومن المعلوم: أنَّ المُسلم الذي يُحافظ على وضوئه، يقهرُ الشياطينَ؛ لأنَّه يبقى في كنف الملائكة تحوطه نورانيتهم، وتغلفه السكينة، ويرقى إلى عالم يتميَّز بالمحبَّة، والسَّماحة، والطيبة، وصفاء النفس، شتان ما بين هذا وذاك.
والأدلة على ذلك:
1- قوله تعالى:
{**أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا كَذَلِكَ زُيِّنَ لِلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ**} (سورة الأنعام، الآية رقم: 122).
2- ما رواه أبو عبد الله النسائي، في سننه، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، أنَّ رَسُولَ اللَّهِ r سَمِعَ صَوْتَ إِنْسَانَيْنِ يُعَذَّبَانِ فِي قُبُورِهِمَا فَقَالَ:
"**إِنَّهُمَا يُعَذَّبَانِ، وَمَا يُعَذَّبَانِ فِي كَبِيرٍ، أمَّا أَحَدُهُمَا فكَانَ لاَ يَسْتَبْرِئُ مِنْ بَوْلِهِ، وَكَانَ الآخَرُ يَمْشِي بِالنَّمِيمَةِ**" (سنن النسائي، حديث رقم: 2041).
3- ما ورد في الصحيح: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ r قَالَ:
"**أَلاَ أَدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَمْحُو اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ؟، قَالُوا: بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ، قَالَ: إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ عَلَى الْمَكَارِهِ، وَكَثْرَةُ الْخُطَى إِلَى**

الْمَسَاجِدِ، وَانْتِظَارُ الصَّلاَةِ بَعْدَ الصَّلاَةِ، فَذَلِكُمْ الرِّبَاطُ، فَذَلِكُمْ الرِّبَاطُ" (صحيح الإمام مسلم، حديث رقم: 369).

من أسرار توقيت الصَّلاة

عندما أوجَبَ **الخالقُ** الصَّلاة جعلها مَوقوتة بزمنٍ مُعيَّن، وعَدَد من الرَّكعات لكل صلاة حسب وقتها؛ لكي تكون النفس البشريَّة، **الرُّوح والجسد،** في حالة صيانة دَائمة على مَدار اليوم، وذلك بهَدف مُراجعة **طاقة الجسم الحيويَّة** Vital Energy of body، وتجديد نشاطه، وإزالة أثر **التوتر** Stress، الذي يتعرَّض له كل إنسان في حياته اليَوْميَّة، فيبقى جسمه في حالة صيانة دائمة، مِمَّا يضعه تحت **العناية الفائقة،** التي تحيطه بسيَاج منيع من الوقاية ضد الأمراض، وهذا لا ينفي عنهُ الأمراض القدريَّة، التي يَسمحُ بها الخالق أن تقع لحكمة الابتلاء.. والصبر.. ورفع الدَّرجات.

ولقد عرفت شعوب الصين، والهند، واليابان، وغيرها من الشعوب المُحيطة تأثير الرياضات المنتظمة على نفس الإنسان كروح وجسد، فأنشأوا ما يُسمى بالأوضاع الرياضية التي تناسب الجميع في كل الأوقات، وأطلقوا عليها: **تمارين الليل والنهار**، وصاروا يُمارسون تلك الرِّياضات كجماعات، وأفراد في الميادين العامة باحترام شديد وقدسية عالية، تُشابه ما عليه المسلمون في تأديتهم للصلاة، جماعات في المساجد، وأفراد في المنازل.

واقتران التمارين بأوقات: ما قبل ذهابهم للعمل، وعندما يأخذ عناء العمل طريقه للجسم، وبعد الفراغ منه، ومع حلول النسمات الأولى للمَساء، وقبل النوم، يجعلها تأخذ شكل الصِّيانة الدَّائمة لمتطلبات الرُّوح والجسد.

فإذا تعود الإنسان على أداء تلك اللقاءات المنتظمة زمانًا، تعلقت نفسه بها، وأمَّا الصَّلاة فإنَّ المسلم يزداد عنده ذلك التعلق؛ لأنَّها لقاء رُوحيٌّ يتم بالخالق سبحانه وتعالى، فيمنح **السكينة** لتلك **الرُّوح**، والحياة لذلك **الجسد**، الاثنين معًا، فلا تطيق **النفس** صَبرًا عن ذلك الوصَال.

وهو ما رواه أبو داود، عن مِسْعَر الخزاعي، أنَّ رسولَ الله r قالَ: **"يَا بِلاَلُ، أَقِمْ الصَّلاَةَ أَرِحْنَا بِهَا"** (سنن أبي داود، رقم: 4333).

وفي الولايات المتحدة الأمريكية أوصى 96 من أكفأ أطباء القلب في "**مايو كلينيك**"، الذي يعد أوثق المراكز الطبيَّة الأمريكيَّة لعلاج أمراض القلب، في كتاب: "**القلب في الصحة والمرض**"، بممارسة الرِّياضة مهما واجه الإنسان من صعوبات لتوفير الوقت اللازم لذلك، مدة لا تقل عن **ساعة ونصف أسبوعيًا**.

وإذا حسبنا زمن الرياضة التي يُمارسها المُسلم أسبوعيًا نجد أنها تصل إلى 8.75 ساعة، وهي تعني مدة أكثر **خمس** مرات مما أوصى به أطباء القلب الأمريكيون، وهي كالآتي:

الوضوء يستغرق 5 دقائق **×** 5 **مرات ×** 7 **أيام** = 175 **دقيقة ÷** 60 = 2.9 ساعة أسبوعيًا.

وأمَّا **الصلاة** التي يؤدِّيها المُسلم العادي هيَ: 20 ركعة × 2.5 دقيقة = 50 **×** 7 **أيام** = 350 **دقيقة ÷** 60 = 5.85 ساعة أسبوعيًا.

فسُبحَان الذي صَوَّرَ جسم الإنسان بتفاصيل يَحَار فيها العقل، وأمدنا بدَليل يُبيِّنُ فيه طريقة الاستعمال التي نحافظ بها على ذلك البنيان العظيم، وجعل أداء التكاليف لمصلحتنا لأنه سبحانه: لا تنفعه الطاعات ولا تضره المعاصي.

العلاج باللمسة (الريكي)

العلاج بالطاقة هو علم وفن, استخدمه الإنسان عبر التاريخ لعلاج العديد من المشكلات البدنية والنفسية ,إضافة إلى الجوانب الروحية خاصة في التعبد والحصول على القوة المعنوية والروحية ,كان ذلك عندما كان البشر يعتمدون على الطبيعة ومصادرها الغنية, تلك التي تمثل قدرة الخالق وسره فيها, فمن الطبيعة خلق كل ما هو مفيد للبشر من النباتات والأعشاب إلى الطاقة الكونية, وأعظمها على الإطلاق عقل الإنسان الذي يمتلك قدرات هائلة, فقد البشر معظمها بسبب التطور التكنولوجي الذي أصبح يعتمد على كل ما هو اصطناعي وكيميائي.

إن العلم المادي والذي قدم خدمات جليلة للبشرية, أهمل بشكل كبير قوى الطبيعة التي منحته هذا التقدم في الأساس, ونسي مع تعاقب القرون الارتباط الوثيق بين الجسد والعقل والروح, فالعلل البشرية لا تكمن في الجسد وحده بل في عقله وروحه, وإن أي خلل في أي من هذه الأجزاء لا بد أن يؤثر على باقيها, ولم يكتف بالنسيان ولكنه فسر الظواهر الطبيعية بالخزعبلات, وحاربها على أنها تخلف وخرافات, أو أرجعها إلى قوة خارقة غير طبيعية, رغم اعترافه بالقدرات الهائلة التي يملكها العقل والتي لا يستخدم الإنسان منها غير 3%. كل الحضارات القديمة عرفت العلاج بالطاقة واستخدمته, استخدمه أهل التبت وحفظوا أسراره لقرون, واستخدمه الهنود بما يعرف ب"البرانا", وعرفه الصينيون وأسموا الطاقة "تشي", وعرفه الأوربيون تحت اسم "اللمسة الملكية", فقد كان الملوك في أوربا يمررون أيديهم على المرضى من أبناء شعوبهم فيشفون, وكانوا يعتقدون أن اللمسة الشافية هي من خصائص الملوك الذين كانوا يمثلون الله على الأرض, كما أن السيد المسيح عليه السلام كان يشفي المرضى باللمس.

يقول أبو قراط وهو أبو الطب في الحضارة اليونانية:"بينما أربت على أجسام مرضاي ملاطفاً, غالباً ما بدا لي كأن خاصية غريبة في يدي, تشد وتخرج الأوجاع من الأجزاء المصابة, وذلك يحصل بوضع يدي على المكان المصاب", وعندما نمعن التفكير نجد أننا نضع أيدينا بشكل تلقائي على أوجاع أجسامنا, وعندما يشكو طفل لأمه من صداع أو مغص مثلاً تضع الأم يدها على موضع الألم, مما يشعر الطفل بالراحة, إن للمسة الإنسانية والاحتضان والربت على الكتف قدرة مهدئة وشافية.

ولكن من أين تأتي الطاقة؟ الطاقة موجودة في الكون كله, في كل شئ صغيراً كان أم كبيراً, موجودة في الكواكب والمجرات, موجودة في الجبال والبحار والغابات, فيما نشربه ونأكله, في الأحجار الكريمة والمعادن والكرستال (حجر الكوارتز في الساعات), والطاقة موجودة منذ الأزل وهي لا تنتهي ولكنها تتحول, "الطاقة لا تفنى ولا تستحدث من عدم", فالطاقة الميكانيكية يمكن تحويلها إلى طاقة كهربائية مثلاً, و الطاقة الكهربائية إلى حرارية, والحرارية إلى ميكانيكية وهكذا..., ونحن لا نرى الطاقة ولكننا نشعر ونرى نتائجها, وهي تمر بقنوات أو موصلات, ويعتبر الإنسان موصلاً جيداً للطاقة.

هناك طاقة إيجابية وهناك طاقة سلبية, فكثيراً ما يشعر الإنسان باكتئاب أو وهن جسدي فقط بسبب الطقس, مثل الرطوبة التي تنتج أيونات سالبة, تؤثر على الأيونات الكهربية لبعض الناس, وينتعش كثير من البشر في الربيع ويكثر

التزاوج وتينع الأشجار والزهور بسبب الأيونات الموجبة التي يسببها وفرة الأوكسجين, وكثيراً ما نشعر بعدم تقبلنا لشخص دون أن نعرفه لأنه يوزع طاقة سالبة, والعكس عندما نحب شخص ولا نعرفه لأنه يوزع طاقة إيجابية, وهناك سارقي طاقة, يجلسون إلى جانبك وبعد أن يغادروا تشعر بالإنهاك.

وقد انشغل الغرب بدراسة الطاقة, وأنشأ الاتحاد السوفييتي سابقاً معاهد لدراسة الطاقة, سواء للاستخدامات السلمية أو العسكرية, كما يمكن تصوير الطاقة بكاميرا خاصة, تظهرها على شكل هالة, وأكتشف أن الهالة تظل فترة حتى بعد أن يغادر الإنسان المكان أو يموت, ثم تبدأ بالاختفاء, ولذا استخدمت في الولايات المتحدة على نطاق واسع في التجسس, واستخدمت بعض هذه الكاميرات في الحرب مع العراق في فبراير 2003 .

الريكي Reiki:

الريكي كلمة يابانية مكونة من مقطعين "ري" وتعني الكون و"كي" وتعني الطاقة, فمعنى الريكي هو الطاقة الكونية, اكتشفها وطورها ونظمها الياباني الدكتور "ميكاو أوسوي" في أواخر القرن التاسع عشر, وهذه الطريقة واسعة الانتشار أكثر من الطرق الأخرى لأنها انتشرت في أوربا وأمريكا قبل ذلك على يد اليابانية "تاكاتا" التي سنأتي على ذكرها, ولأنها فعالة وسهلة التعلم.

وهو علاج بوضع اليد أو باللمس, لما في اللمس من طاقة غير قابلة للمقارنة مع شئ آخر, ولكي نفهم الريكي يجب معرفة من أين جاء الريكي وكيف وصل إلى الغرب وإلينا بعد ذلك, أن قصة الريكي انتشرت في كتب كثيرة, وطريقة العلاج به أقدم من أي كتاب مكتوب, والكثير من المعلومات غير مدونة أو غير مترجمة, بدأ الريكي في 1800 , لكنه كان موجوداً قبل ذلك, وكانت المعلومات تتناقل شفاهة, ولذا فكثير من المعلومات التي انتشرت بهذه الطريقة كانت محورة, رغم ذلك فالمادة المنقولة قيمة وتستحق البحث.

الريكي هو جزء من كل واحد منا, ففي حضارة " المو" كان يتم تعليم الأطفال الريكي حسب الدرجات, حيث كان يستخدم على نطاق واسع, وعندما انتقلت هذه الحضارة إلى الهند والتبت نقلت معها الريكي, ورغم انتهاء حضارة المو واندثار حضارات بعدها لكن الريكي ظل عند نخبة من البشر, حتى أتى رجل من اليابان وبحث في أصل طرق العلاج عند عيسى المسيح وبوذا, ووجد أن هذه الطرق موجودة عند اله " شيبا" في الحضارة الهندية وهو المسؤول عن إيجاد الريكي, وكان يريد أن يذكر على أنه أعطى موهبة الريكي للناس.

إن الريكي التقليدي بدأ مع أوسوي, الذي كان مديراً لجامعة دوشيشا في كيوتو في اليابان, وكان في نفس الوقت قساً مسيحياً, وفي إحدى المرات طلب منه أحد طلبته طريقة المسيح في العلاج, ومن هنا بدأت رحلة أوسوي في البحث التي دامت عشر سنوات, وعندما قالت له السلطات المسيحية في اليابان أن هذا العلاج لم يتم التطرق إليه, وإن لديهم القليل من المعلومات, اتجه في بحثه إلى البوذية, ووجد أن هناك تشابه بين حياة بوذا في الهند وحياة عيسى المسيح, فقد أخبره كاهن بوذي أن الطريقة القديمة في العلاج قد فقدت, وأن الطريقة الوحيدة للوصول إلى الحقيقة هي من خلال تعاليم بوذا, وهي الطريق إلى التنوير.

ثم سافر أوسوي إلى الولايات المتحدة بحثاً عن الحقيقة ودرس في جامعة شيكاغو, وحصل على الدكتوراه في علم اللاهوت(الأديان) وتعلم اللغة السنسكريتية وهي اللغة القديمة للهند والتبت, ولكنه لم يجد جواباً لبحثه.

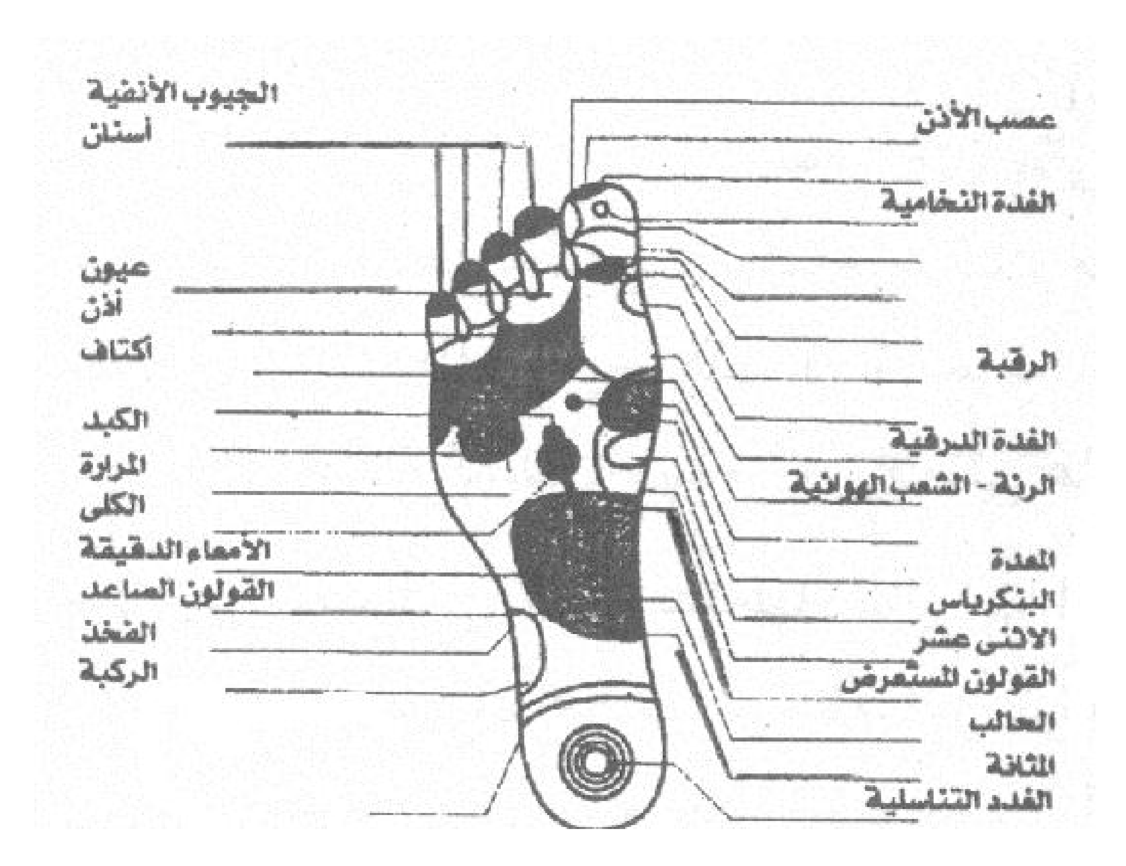
وعاد إلى اليابان ووجد نصوص تصف طرق المعالجة باللغة السنسكريتية, ولكنه لم يجد طريقة لتفعيل الطاقة, وهو ما كان مقصوداً في الكتب القديمة, لإبعاد الطريقة عن الوصول إلى أيدي ناس غير مناسبين, وانزوى في مكان يتأمل وهو صائم لمدة 21 يوم, وجمع 21 حصاة لحساب الأيام, فكل يوم يقذف بحصاة, وفي اليوم 21 وقبل الفجر بقليل رأى نور يأتي ناحيته, وكانت أول ردة فعل هي ضرورة

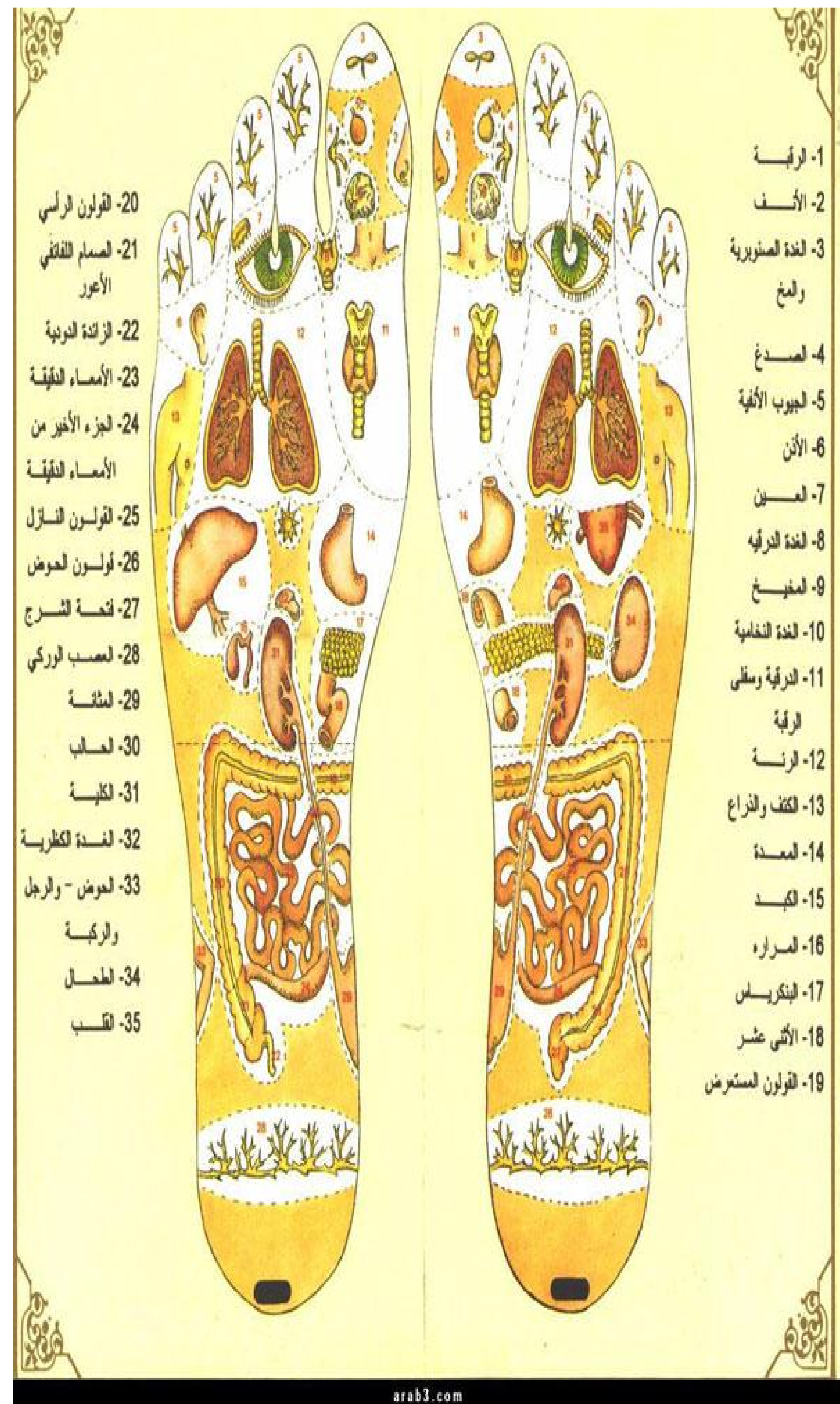
الهرب منه, ثم قرر أن يقبل بأي شئ يأتي إليه لأنه نتيجة تأمله وإن كان في ذلك موته, وصعقه النور في جبهته (العين الثالثة) فأغمى عليه, وبعدها شاهد رموز الريكي, فأحس بتفعيل طاقة العلاج لديه, ثم ترك أوسوي المكان وهو لديه طاقة العلاج التي كان يبحث عنها, وهو ينزل من الجبل جرح إصبع رجله فوضع يده عليه وفوجئ بأنه شفى, ثم وصل إلى بيت فلاح وطلب وجبة وأكلها, بينما المرأة التي خدمته كانت تعاني من ألم في الأسنان فوضع يده عليها فشفت, كما شفى الكاهن في المعبد من آلام المفاصل, وسمى هذه الطريقة ريكي.

العلاج بالتدليك (المساج)

نشأ هذا العلم في مصر الفرعونية وفي الصين وأستخدم منذ ألاف السنين وهو ببساطة يعتمد على فكرة وجود مناطق على القدم واليد تتصل بأعضاء وغدد الجسم وعند الضغط- التدليك- على هذه الناطق يحدث الشفاء من الأمراض وهو علم وفن يحتاج إلى بعض المهارات في **التدليك** ومعرفة هذه المناطق المنعكسة على القدم فعند شعور الشخص بألم شديد عند **التدليك** للمنطقة الخاصة بالعضو سواءً في الرجل أو اليد أو غير هما في جسم الإنسان فهذا عند الشخص المعالج دليل على إصابة هذا العضو ويحتاج هذا المريض إلى عدة جلسات تدليك وقد حضرت بنفسي إلى أماكن هذه العيادات وشعرت في أول مرة أن هؤلاء المعالجين يقومون بنوع من أنواع السحر والشعوذة فكان كل ما قالوا صحيحاً ولكن منذ تلك اللحظة قررت أن أقرأ عن هذا النوع من الطب وفعلاً وجدت أن هذا النوع طب قديم منذ ألاف السنين كان يستخدمه اليونان والصينيين

وهذه بعض الصور التي توضح بعض مناطق الانعكاس الأماكن المنعكسة على القدم واليد يستطيع القارئ الكريم تجريبها على نفسه من خلال الضغط عليها عدة مرات وتحسسا لألم فعند الشعور بالألم فهذا دليل على مرض العضو المنعكس على هذا الجزء حسب الصورة.





1- الرقبة
2- الأنف
3- الغدة الصنوبرية والمخ
4- الصدغ
5- الجيوب الأنفية
6- الأذن
7- العين
8- الغدة الدرقيه
9- المخيخ
10- الغدة النخامية
11- الدرقية وسفلى الرقبة
12- الرئة
13- الكتف والذراع
14- المعدة
15- الكبد
16- المراره
17- البنكرياس
18- الأثنى عشر
19- القولون المستعرض
20- القولون الرأسي
21- الصمام اللفائفي الأعور
22- الزائدة الدودية
23- الأمعاء الدقيقة
24- الجزء الأخير من الأمعاء الدقيقة
25- القولون النازل
26- قولون الحوض
27- فتحة الشرج
28- العصب الوركي
29- المثانة
30- الحالب
31- الكلية
32- الغدة الكظرية
33- الحوض - والرجل والركبة
34- الطحال
35- القلب

الصحة في يديك

العلاج بالضغط على المناطق المختلفة باليد وحولها

١ – المخ أعلى الرأس
٢ – اعصاب المخ
٣– الغده النخامية
٤– الغده الصنوبريه
٥– أعصاب الرأس
٦– الحلق
٧– الرقبه
٨– الغده الدرقيه والمجاوره لها
٩ – الغدد اللمفاويه
١٠– البواسير
١١– البروستات
١٢– الرحم
١٣– القضيب
١٤– المبيض
١٥– الخصيه
١٦– الركبه والورك
١٧– المثانه
١٨– الأمعاء

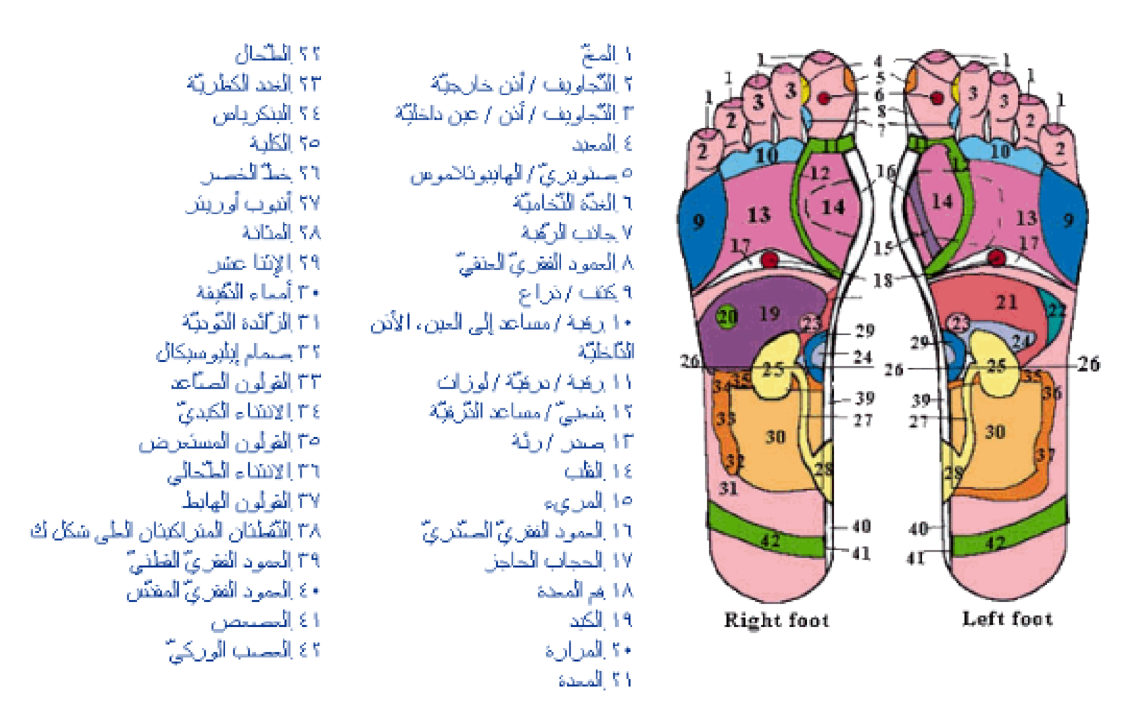
١٩ – القولون
٢٠– الزائدة
٢١– المراره
٢٢– الكبد
٢٣– الكتف
٢٤– البنكرياس
٢٥– الكلى
٢٦– المعده
٢٧– الغده الكظريه
٢٨– الضفيره الشمسيه
٢٩– الرئه
٣٠– الأذن
٣١– الطاقة
٣٢– أعصاب الأذن
٣٣– البرد
٣٤– العين
٣٥– القلب
٣٦– الطحال
٣٧– غدة التيموسي

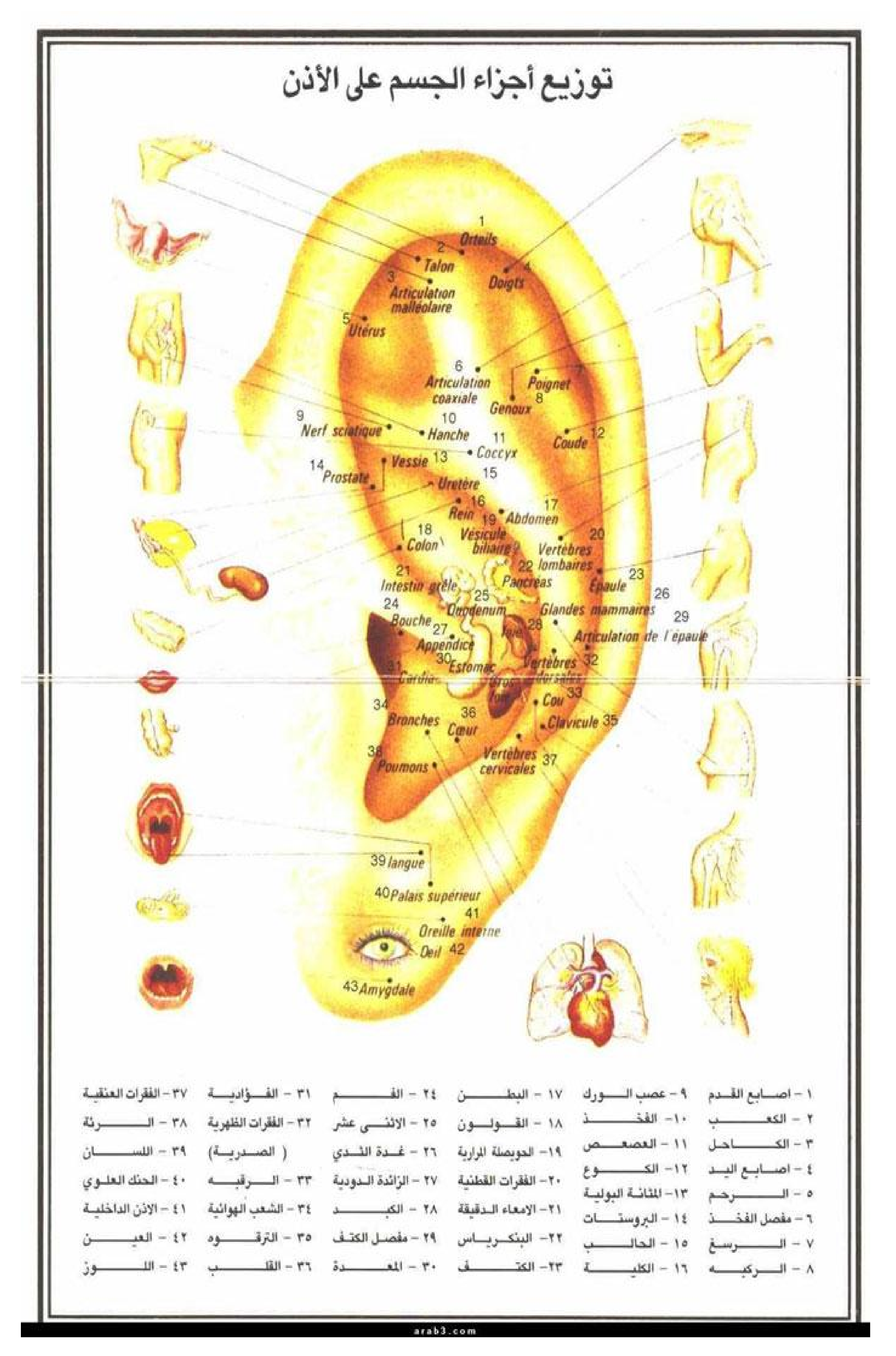
الجيوب الانفية

اليد اليسرى

اليد اليمنى

arab3.com




توزيع أجزاء الجسم على الأذن
1 Orteils
2 Talon
3 Articulation malléolaire
4 Doigts
5 Utérus
6 Articulation coaxiale
7 Poignet
8 Genoux
9 Nerf sciatique
10 Hanche
11 Coccyx
12 Coude
13 Vessie
14 Prostate
15 Uretère
16 Rein
17 Abdomen
18 Colon
19 Vésicule biliaire
20 Vertèbres lombaires
21 Intestin grêle
22 Pancréas
23 Épaule
24 Bouche
25 Duodenum
26 Glandes mammaires
27 Appendice
28 Foie
29 Articulation de l'épaule
30 Estomac
31 Cardia
32 Vertèbres dorsales
33 Cou
34 Bronches
35 Clavicule
36 Cœur
37 Vertèbres cervicales
38 Poumons
39 langue
40 Palais supérieur
41 Oreille interne
42 Oeil
43 Amygdale
١ – اصابع القدم
٢ – الكعب
٣ – الكاحل
٤ – اصابع اليد
٥ – الرحم
٦ – مفصل الفخذ
٧ – الرسغ
٨ – الركبه
٩ – عصب الورك
١٠ – الفخذ
١١ – العصعص
١٢ – الكوع
١٣ – المثانة البولية
١٤ – البروستات
١٥ – الحالب
١٦ – الكلية
١٧ – البطن
١٨ – القولون
١٩ – الحويصلة المرارية
٢٠ – الفقرات القطنية
٢١ – الامعاء الدقيقة
٢٢ – البنكرياس
٢٣ – الكتف
٢٤ – الفم
٢٥ – الاثنى عشر
٢٦ – غدة الثدي
٢٧ – الزائدة الدودية
٢٨ – الكبد
٢٩ – مفصل الكتف
٣٠ – المعدة
٣١ – الفؤادية
٣٢ – الفقرات الظهرية (الصدرية)
٣٣ – الرقبه
٣٤ – الشعب الهوائية
٣٥ – الترقوه
٣٦ – القلب
٣٧ – الفقرات العنقية
٣٨ – الرئة
٣٩ – اللسان
٤٠ – الحنك العلوي
٤١ – الاذن الداخلية
٤٢ – العين
٤٣ – اللوز

العلاج الياباني - الضغط بالأصابع (الشياتزو).

الشياتسو .... أو الشياتزو .... كما ينطقها اليابانيون

الشياتزو نعني به ...الضغظ بالأصابع ...وهي من اللغة اليابانيه ...حيث كلمة))شي)) تعني الأصابع وكلمة ((أتزو)) تعني الضغط ...
تعتمد هذه الطريقه على استعمال أصابع اليد للضغط على نقاط معينه من الجسم لتساعد على الإسترخاء... والإحساس بالنشاط ...وتدفق دماء الشباب كما يقول اليابانيون ...

تنتشر الشياتزو بشكل كبير في اليابان إذ هناك مايزيد عن 20 الف خبير يعملون في هذا المجال ...

النقاط التي يضغطون عليها تقع في نفس مواقع النقاط التي يستعملها الصينيون لوخز الإبر الصينيه ...
إلا ان هذا الفن الياباني يعد اقل مشاكل ...وبدون ألم ....وبدون غرز ابر ...وبدون حصول التهابات في مواقع الإبر ...

كما أنه يفيد في المحافظه على الصحه ...والحيويه ..
وربما لمعالجة قليل من الامراض وبذلك يختلف عن الإبر الصينيه التي تستعمل كعلاج لبعض الأمراض ...

يقول اليابانيون أن الشياتزو يعالج الجسد ...والنفس ....وبذلك يحافظ على التناغم بينهما مما يساعد على توازن أجهزه الجسم ..

كما أن الشياتزو قد يفيد في الرجيم إذا مااقترن بالحميه الغذائيه والرياضه ...

أما الاماكن التي يركزون على الضغط عليها فهي :

فوق الكتفين ....
فوق عظمة الكتفين ...
وفي وسط المنطقه التي تقع بين الكتفين ....
وتحت الإبطين ...وفي إبهام اليدين ..
.وخلف الركبتين ...

على اية حال فإنه في أي موقع جرى التدليك فأنه مفيد ...ويستطيع الشخص أن يقوم بهذه التمارين بنفسه دون الاستعانه بآخرين ...

العلاج بطاقة المغناطيس.

إن العلاج المغناطيسي عبارة عن فن العلاج بواسطة المغناطيسيات، فهو نظام قديم من العلاج يجري إحياءه في العديد من دول العالم. وتقضي الأنظمة المغناطيسية على الجراثيم الضارة، وتمد الجسم بالطاقة والقوة، كما تقلل من حدة الألم والانتفاخات وتنظم ضغط الدم

تعمل الطاقة المغناطيسية على إزالة الأعراض المؤلمة لكثير من الأمراض وتعالجها دون اللجوء إلى الأدوية. كما أن العلاج بالطاقة المغناطيسية يعمل على إحياء وإصلاح وتنمية الخلايا وتجديد الأنسجة ويزيد عدد الكريات الدموية، وينظم كذلك وظائف الأعصاب اللاإرادية وتستعيد الأعضاء الداخلية الواقعة تحت سيطرة هذه الأعصاب وظائفها الطبيعية

وتفيد الطاقة المغناطيسية في القضاء على المرض عن طريق انتشارها خلال الأنسجة وإمداد الأعضاء بالطاقة اللازمة. كما أن خواص الماء تتغير عندما تتأثر بالمجال المغناطيسي، كذلك يتأثر الدم بنفس الطريقة حيث يتأين ويتدفق بسهولة مما ينشط الدورة الدموية، ويعمل تأين الدم على إزالة الكالسيوم والكولسترول الزائدين وهذا بدوره يقضي على التجلط.

يساعد العلاج المغناطيسي الجسم في الحفاظ على اتزانه مكسباً إياه شعوراً بالقوة والحيوية.

للعلاج المغناطيسي فوائد أساسية أخرى منها

- إنه سهل، آمن، بسيط ، رخيص ويعمل بسرعة .
- ليس له أعراض جانبية .
- لا يؤدي إلى الإدمان .
- يمكن تلقي هذا العلاج بمفرده أو إلى جانب علاجات أو أدوية أخرى .

تنبيه: إن استعمال المياه المعالجة مغناطيسياً هو أساس معالجة الأمراض المختلفة مثل: مياه الشرب، والشاي، والقهوة، وجميع المشروبات، طعام الرضيع، والحليب، الخ، ولم يكشف البحث العلمي خلال 30 عاماً عن أية موانع لاستعمال المشروبات المعالجة مغناطيسياً. أو وجود أعراض جانبية عند شربه.

هناك أعداد كبيرة من الأجهزة المستعملة في الأغراض الطبية والصناعية برزت في السوق الدولي خلال الأعوام الأخيرة. وتستخدم الشركات المصنعة سبائك مغناطيسية عادية لصناعة تلك الأجهزة المغناطيسية وذلك سببه أنهم غير ملمين البتة بالبحوث والتجارب العلمية التي أجريت في مجال المغناطيسية، وغير مدركين أساساً لطريقة تطبيقات العلوم المغناطيسية في المجالات المتعددة. وبناءً على ذلك فإنه يمكننا معرفة نتيجة استعمال تلك الأجهزة والتي من المؤكد أنها لن تكون سبباً في العلاج.

في حين أن الأجهزة المغناطيسية التي تعرضها شركتنا تعتمد أساساً على أبحاث علمية جادة في هذا المجال ولأكثر من 30 عاماً وباشتراك أكثر من 52 معهد ومختبر وبمشاركة أكثر من 400 استاذ باحث فهي نتاج برنامج علمي وتطبيقي واسع.

أسئلة متكررة عن الأجهزة المغناطيسية
(في المجال الصحي)

1.متى تم إستخدام المغناطيس أول مرة؟

يعود تاريخ استخدام المغناطيس في المجالات المختلفة إلى أزمان سحيقة ضاربة في القدم ، حيث تم إستخدامه من قبل الحضارات الصينية ، و الهندية، و الفرعونية. و قد كان المغناطيس في تلك الفترات يستخدم في علاج آلام المفاصل و العظام، و إندمال الجروح، وزيادة طاقة الجسم (بوضع المغناطيس على الجسم في مناطق الآلام والجروح و لبسه مثل الحلي) ، و مغنطة مياه الشرب (بوضع المغناطيس داخل الماء ، أو بالقرب منه لفترة زمنية محددة). و قد أطلق حكماء الصين القدماء على المغناطيس أسم "حجر الجاذبية". و كان الفراعنة يعتقدون بأن الجسم البشري يعتمد أساسا في تنظيم عملياته الداخلية على أسس مغناطيسية بحته. و حتى منتصف القرن العشرين لم تكن هنالك أسس علمية واضحة المعالم بحيث يتم تدريسها لتفسير قدرة المغناطيس على علاج الكثير من الأمراض.

و ماهي أشكال الظواهر المغناطيسية في حياتنا؟ و كيف يمكن الإقتناع بأن المغناطيس يلعب دورا مهما في حياتنا، و هل يمكن أن يساعد في علاج الأمراض المختلفة؟

*يلعب المجال المغنطيسي دور الدرع الذي يقوم بحماية كوكب الأرض من الأشعة الكونية المدمرة كالأشعة السينية و أشعة غاما و غيرها.

*ظاهرة المد و الجزر و إرتباطه بدورات الشمس و القمر. و الملاحظ أن بعض النباتات مثل الكاكتس (نوع من أنواع أشجار الصبار) تتجه دائما نحو الجنوب.

*أن هيموغلوبين و ميوغلوبين الجسم يسلكان سلوكا مغناطيسيا، و يكون الإنسان في أحسن حالاته عندما يصل قياس الطاقة المغناطيسية للهيموجلوبين 5.5 وحدة ، و بالعكس يكون في أشد حالات الإعياء عندما يفقد طاقته المغناطيسية.

*يعتمد الدماغ في تنفيذ أوامره على إرسال إشارات كهرومغناطيسية إلى غدد و أعضاء الجسم المختلفة للتحكم في إفراز المواد الحيوية التى يحتاج اليها الجسم كالبروتينات و الهرمونات و المواد البيولوجية الأخرى.

*يدخل في تكوين الجسم البشري ما لا يقل عن 64 عنصرا كيميائيا تتأثر معظمها إن لم يكن جميعها بالمجالات المغناطيسية الخارجية بما فيها الحديد طبعا (6-8 ملغرام تدخل في تكوين الجسم و بشكل أساسي في هيموغلوبين الدم.(

*أ كتشف مؤخرا أن الغدة النخامية بها مواد من الكرستال الممغنط ، و التى فيما يبدو أنها تلعب دورا محوريا في نشاط هذه الغدة التى تتحكم في إفراز ما لا يقل عن 40 هرمونا. ومن ناحية أخرى نعتقد بأن هذه المواد من الكرستال الممغنط تلعب دورا مهما في تنظيم ما يسمى "بالساعة البيولوجية (التحكم الزمني في عمليات: النوم، الصحو ،المزاج،...الخ.(

*يري علماء المغناطيسية بأن كل خلية من خلايا أجسامنا هي عبارة عن دينمو (مولد) من المغناطيسيات الصغيرة على إعتبار أن نشاط الخلية يعتمد على حركة دخول و خروج الأيونات الموجبة و السالبة منها و إليها.

*يعتبر جهاز MRI جهاز التشخيص بالرنين المغناطيسي) أحد أهم و أدق الأجهزة

المستخدمة في مجالات التشخيص الطبية، و يعتمد نظام عمله على أسس مغناطيسية بحتة ، بالإضافة إلى عمل الكثير من الأجهزة الحديثة الأخرى.

.2من هو أول طبيب قام باستخدام العلاج بواسطة المغناطيس لعلاج الأمراض المختلفة على أسس علمية ؟

يعتبر الطبيب النمساوي الشهير فرانتس مسمر أول طبيب أوربي حاول العلاج بالمغناطيس على أسس علمية و كان ذلك في منتصف القرن الثامن عشر .و كان مسمر يقوم بمغنطة كل شئ كالماء، والدواء، و الخبز. و قد كان أسلوبه فريدا إلى درجة أنه لا يزال يستخدم حتى وقتنا الحالي.

.3ماهو الماء الممغنط؟ و ماهي فائدة إستخدام الماء الممغنط؟

الماء الممغنط هو الماء الذي يتم الحصول عليه بعد تمريره من خلال مجال مغناطيسي معين ، أو بوضع ذلك المغناطيس داخل هذا الماء أو بالقرب منه لفترة من الزمن ، فيؤدي ذلك إلى تغيير كثير من خواصه بسبب التعرض لتأثير تلك المجالات المغناطيسية.

*الفائدة من المغنطة تكمن في أن الماء الذي نشربه أو نستخدمه خلال يومنا العادي يعتبر فاقدا للكثير من خواصه بسبب عمليات التحلية و التلوث البيئى (هذا النوع من الماء يطلق عليه العلماء إسم الماء الميت: بسبب تعرض الماء أثناء عمليات التحلية إلى التكثيف و ضغط الهواء العالي و إضافة الكثير من المواد المعقمة) التى تفقد الماء الكثير من الخواص الحيوية ، ولذلك فان عملية مغنطة الماء تعمل على إعادة إحياء و تقوية الكثير من الخواص المفقودة بتاثير التحلية و التلوث البيئي، حيث أن عملية المغنطة تعيد تنظيم شحنات الماء بشكل صحيح في الوقت الذي يكون شكل هذه الشحنات عشوائيا في الماء المحلى (التفاصيل تجدها في مطبوعاتنا الأخرى(

.4ماهي الخواص التى تتغير في الماء بعد مغنطته؟ و كيف يمكن التأكد من ذلك معمليا ؟ و هل هنالك فرق نشعر به عند شربنا للماء الممغنط ؟

*هنالك أكثر من 14 خاصية تتغير في الماء بعد مروره من خلال المجال المغناطيسي و منها : خاصية التوصيل الكهربائي ، زيادة نسبة الأوكسجين المذاب في الماء ، زيادة القدرة على تذويب الأملاح و الأحماض ، التبلر، التبلمر، التوتر السطحي ، التغيير في سرعة التفاعلات الكيميائية، خاصية التبخر ،التبلل ، الليونة ، الخواص البصرية ، قياس العزل الكهربائي، زيادة النفوذية ......الخ.

*توجد الآن أجهزة متطورة تستطيع قياس قوة المغناطيسية للسوائل بما فيها الماء ، و تستطيع هذه الأجهزة تصوير شكل الماء بعد مغنطته بواسطة التصوير الكهربائي عالي الجهد ."High Voltage Photography" و تستطيع هذه الصور أن تظهر الفرق الواضح في شكل الماء و السوائل قبل و بعد مغنطتها.

**ما نشعر به من فرق عند مغنطة الماء هو أن معظم الناس يشعرون بأن الماء صار أخف طعما عند شربه ، و يمكن أن يلاحظ تغيير في لون الماء أحيانا. أما إن كان هنالك عسر في الماء فان الفرق يكون واضحا، و لكن بشرط أن يتم شرب الماء الممغنط أولا ثم بعد ذلك شرب الماء العادي ، أو العصير الممغنط ثم بعد ذلك شرب العصير العادي (لضمان أن تكون مستقبلات التذوق مكشوفة على سطح اللسان حتى يتسنى ملاحظة الفرق الواضح في الطعم). كما يمكن عمل التجربتين التاليتين للتأكد من الفرق الواضح:

أ .<u>تجربة ملح الطعام</u> .1 قم بصب ماء عادي (غير ممغنط) في كوب صغير 2. و من نفس المصدر قم بمغنطة نفس الكمية من الماء 3. قم بصب كمية متساوية من ملح الطعام في نفس الوقت في الكوبين و بنفس السرعة: ما يلاحظ التالي: أ. شكل ترسب ملح الطعام في قعر الكوب الممغنط يختلف عن شكل ترسبه في كوب الماء العادي. ب. إذا قمت بصب كميات إضافية من ملح الطعام في الكوبيين تلاحظ أن الماء الممغنط لديه القدرة على تذويب كميات أكبر من ملح الطعام

بمقارنة الماء العادي
ب .تجربة العصير القوى المذاق (البيبسي كولا :)إذا قمت بشرب أي عصير ممغنط أولا ثم بعد ذلك قمت بشرب عصير غير ممغنط تلاحظ أن هنالك فرق واضح في الطعم.
**هاتيين التجربتين البسيطتين تؤكدان بأن هنالك تغيير حقيقي قد حصل في الماء أو أي سائل بعد مروره من خلال المجال المغناطيسي. و بإستخدام أجهزة قياس ذوبانية الملح و الأكسجين ، و قياس كهربيتها) ننصح عادة بعمل هذه التجربة ، بإستخدام الأجهزة الخاصة بذلك في المعمل حتى يكون الفرق حاسما و لا يرقى لمستوى الشك.(

5.ماهي أطول فترة يظل فيها الماء محتفظا بقوته المغناطيسية بعد تمريره من خلال المجال المغناطيسي؟

يظل الماء محتفظا بقوته المغناطيسية لفترة 12 ساعة ثم يبدأ في التناقص التدريجي البطيء ، و إن كانت هنالك بعض الخواص في الماء تظل لفترة طويلة فيه دون تغيير يذكر ، تمتد لأيام و حتى لأشهر بعد مرور الماء من خلال المجال المغناطيسي.

6.هل صحيح أن ماء زمزم يمتلك خواصا مغناطيسية؟ و من هو الباحث الذى قام بإجراء أبحاث في هذا المجال ؟

نعم يمتلك ماء زمزم خواصا مغناطيسية ، و لربما يعزى ذلك إلى أن بئر زمزم يقع في مدينة مكة المكرمة ، و التى تقع ضمن جبال ، ويبدو ان الرواسب المغناطيسية في طبقات تعمل على مغنطقة مجرى المياه التى تمر ببئر زمزم، و يتأثر ماء زمزم بهذه الظاهرة المغناطيسية الموجودة في منطقة مكة ، مما يجعلها تكتسب القوة المغناطيسية بتأثير المكان الذي توجد فيه (هذا ما يطلق عليه العلماء ذاكرة الماء ، و التي تجرى حولها الآن الكثير من الأبحاث الفريدة من نوعها في الآونة الأخيرة). و قد أورد الدكتور يحي كوشك من المملكة العربية السعودية خاصية أن ماء زمزم يمتلك خاصية المغنطة هذه.

7.ماهي أشهر الحالات التى ساعدتم في علاجها بواسطة الماء الممغنط و العلاج المغناطيسي؟

*حالة شاب من السودان كان يشتكي من تقرحات و جروح على فروة الرأس لأكثر من 20 سنة، و شفي بعد شرب الماء الممغنط ، و الإستحمام به) بعد تركيب جهاز مغناطيسي خاص على دش الاستحمام ، ثم بعد ذلك تمرير جهاز الأسطوانة المغناطيسية على الرأس ، و قد شفي بعد حوالي 60 يوما من بدأ العلاج المغناطيسي.
**حالة مواطن إماراتي كان يشتكي من مرض الصدفية لأكثر من 26 عاما ، و قد شفي منها تماما بعد شهرين من مواصلة شراب الماء الممغنط.
***حالة سيدة من سلطنة عمان كانت تشتكي من دوخة مستمرة لأكثر من 40 سنة (!) ، و قد ولدت بثقب في القلب ، و توقفت لديها الدوخة بعد 3 أسابيع من بدء شرب الماء الممغنط ، كما توقفت عن تناول الدواء الكيميائي.
#لدينا أوراق خاصة ورسائل شكر و إحصائيات بأشهر الحالات التى ساعدنا في علاجها.

8.لماذا تنصحون الناس دائما بشرب الماء الممغنط بصورة أساسية للوقاية و العلاج من الأمراض المختلفة ثم بعد ذلك إستخدام الأجهزة الأخرى في عملية العلاج ؟ و كم هي الكمية التى يجب أن يشربها الإنسان من الماء يوميا ؟

*لأن الماء يلعب دورا مركزيا في كل العمليات الحيوية التى تحدث في داخل الجسم ، سواء كان شريكا فيها بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، و لذلك كلما أكثر الانسان من شرب الماء الصحي والنقي و الحيوي ، و خصوصا في المناطق

الحارة فانه يستطيع أن يقي و يعالج نفسه من مجموعة كبيرة من الأمراض المختلفة ، مع الأخذ في الاعتبار بأن يكون الماء غير بارد ، و تعويد النفس على شرب كمية من الماء على الريق في الصباح الباكر، و أثناء اليوم ، و بعد وجبات الطعام بحوالي ساعة.
*أما الكمية التى يجب أن يشربها الإنسان يوميا فهي في حدود 2- 3 لتر من الماء
)بإستثناء حالات الفشل الكلوي ، وإضطرابات إمتصاص السوائل من الجسم، و دوالي القدمين فينصح بشرب كميات أقل من ذلك على حسب قدرة المريض على التحمل.(

9. ماهي الآلية التى يعتمد عليها في علاج حالات مثل داء الملوك (النقرس) و حموضة المعدة و حصاوي الكلي و ضغط الدم عن طريق شرب الماء الممغنط؟

أحد أهم خواص الماء الممغنط قدرته الفريدة على تذويب الأملاح ، و تفتيت كتلتها في زمن قياسي ، بالمقارنة مع الماء العادي . و نحن نقوم بالإستفادة من هذه الخاصية و توظيفها في تنظيف الكلى من ترسب الأملاح فيها و بالتالي علاج حصاوي الكلى بالأخص ذات التكوين الملحي ، بالإضافة إلى المساعدة في علاج **حموضة المعدة ، مشاكل ضغط الدم . و حقيقة فإن ضغط الدم مرض ذو آلية معقدة ، و يرتبط ظهوره بالعديد من الأجهزة و الأعضاء مثل الجهاز العصبي المركزي , و عضلة القلب ، و الشرايين و الكلى ، إلا اننا نحاول التاثير المباشر على أحد أهم الاسباب التى تؤدي إلى ظهور الضغط و هو تضيق الشرايين بسبب ترسب الأملاح و الكولسترول و خلايا الجسم التالفة فيها . و يؤدي الإستمرار في شرب الماء الممغنط وخصوصا عند مرضى الضغط إلى تنظيف الشرايين من كل المواد المذكورة أعلاه ، مما ينعكس إيجابيا** على سهولة إنسيابية الدم خلال الشرايين ، و بالتالي قلة المقاومة التى تجدها عضلة القلب في عملية ضخ الدم و تسهيل عمله . من ناحية أخرى يؤدي وضع جهاز الباسمير فوق منطقة القلب إلى عملية التنشيط الموضعي لحركة الدم في هذه المنطقة عن طريق تأثير المجالات المغناطيسية المنبعثة منه على الحديد الداخل في تركيبة الهيموغلوبين و نتيجة لذلك يحدث تنشيط لحركة الدم في عموم الجسم . كل هذه العوامل مجتمعة تساعد بشكل ملحوظ في الوقاية و العلاج من مشاكل ضغط الدم.
*أما فيما يخص علاج مرض الملوك (النقرس (فقد لاحظنا بأن الماء الممغنط يساعد في علاج مثل هذه الحالات في فترة زمنية تمتد من 30 يوم الى 60 يوم، حيث أن الماء الممغنط يعمل على اخراج حمض اليوريك من الجسم مع البول بشكل تدريجي ، و لدينا بعض الحالات التى كان وضعها سيئا للغاية ، ولكن المواصلة على شراب الماء الممغنط ساعد في علاج مثل هذه الحالات بشكل مشجع للغاية و كلي.

10. كيف يمكننا أن نفسر تحسن وضع مرضى الثلاسيميا مع الإستمرار في شرب الماء الممغنط؟

تكمن الآلية التى يساعد بها شرب الماء الممغنط في مساعدة مرضى الثلاسيميا على حسب تفسيرنا على الآتي:
*عندما يتمغنط الماء فان نسبة تركيز الأكسجين فيه يزداد ، و لذلك عند شربه فانه يعوض النقص الحاصل في تركيز الأكسجين و بشكل خاص عند مرضى الثلاسيميا بسبب التركيبة الشاذة للهيموغلوبين بالنسبة لهؤلاء المرضى ، و التى تحد من وصول الأكسجين بالكميات المطلوبة ، لأنسجة و خلايا الجسم ، فان شرب الماء الممغنط يساعد بشكل واضح على تعويض هذا النقص.
*شرب الماء الممغنط يساعد في تحسين حركة الدم في كل أنحاء الجسم ، مما

يساعد على تأمين الحد الأدنى من المواد الغذائية ، بالإضافة إلى الأكسجين الواصل للأنسجة و الخلايا.
**شرب الماء الممغنط كذلك يساعد على تخليص الجسم من كم كبير من السموم المختلفة و الفضلات التى تتراكم داخل الجسم ، ولا نستبعد إطلاقا أن يساعد شرب الماء الممغنط على تصحيح أداء الجين المسؤول عن إنتاج بروتين الهيموغلوبين (و لو أنها مجرد فرضية لم يتم إثباتها حتى الآن.(
كل هذه العوامل مجتمعة تنعكس بدورها على زيادة النشاط و الحيوية و التخلص من أعراض الإرهاق ، ويعتبرالخمول والإرهاق من الأعراض المصاحبة لمرض الثلاسيميا.

11. لماذا يحدث التحسن بصورة بطيئة في صحة المرضى عند علاجهم بنظام الطب المكمل (البديل) بما في ذلك العلاج بالمغناطيس؟

لأن أحد المبادئ الأساسية لنظام الطب البديل أنه يتعامل مع جسم الإنسان على أساس أنه وحدة واحدة متكاملة ، و لا يمكن علاج عضو واحد من أعضا ء الجسم بمعزل عن بقية الأعضاء ، أضف إلى ذلك فإن الطب البديل يعمل على علاج الأسباب الحقيقية المسببة للأمراض ، و ليس علاج الأعراض المرضية ، و لذلك يعتمد الطب البديل على تجنيد كل طاقات و قدرات الجسم الداخلية لمقاومة و علاج الأمراض المختلفة. هذه هي بعض الأسباب التى تجعل نتائج العلاج بنظام الطب البديل أو المكمل بطيئة نسبيا ، بالمقارنة مع طرق العلاج التقليدي ، التى وإن كانت نتائجها سريعة ، إلا أن أعراضها الجانبية المصاحبة يمكن أن تكون خطيرة بالنسبة للجسم في الوقت الذي تختفي فيه الأعراض الجانبية إذا تم توظيف العلاج بصورة صحيحة في حال إستخدام طرق الطب البديل.

12. ماهي الفلسفة الرئيسة التى تعتمدون عليها في توظيف المغناطيس في المجال الصحي؟

حن نقوم بتهيئة كل الظروف الداخلية للجسم و تجنيدها بحيث يتمكن من علاج نفسه ذاتيا و ذلك بإستخدام مواد طبيعية تماما مثل المغناطيس دون اللجوء إلى الإعتماد على المواد الكيميائية و التى تعتبرغريبة على تكوين الجسم ، و يمكن أن تساهم في تسمم الجسم مع الإستمرار في إستخدامها ، و بالتالي تكون سببا في ظهور الكثير من الأمراض التى لم تكن موجودة قبل البدء في تناول الأدوية الكيميائية. هذه هي فلسفتنا الرئيسة في موضوع الوقاية و العلاج.

13. ماهي الآلية الأساسية التى تعتمدون عليها عند توظيف الأجهزة الأخرى في علاج الأمراض و مثال لذلك جهاز منظم الضغط و الشريحة المغناطيسية لمساعدة مرضى السكرى و جهاز لور لمساعدة مرضى الأنف و الجهاز التنفسي؟

الآلية الأساسية هي تحسين حركة الدم في كل أنحاء الجسم ، بشكل خاص في العضو الذي يشتبه في أن تكون به مشكلة ، و ذلك عن طريق التأثير بواسطة المجالات المغناطيسية الخارجية التى تصدرها الأجهزة التي يتم وضعها فوق المنطقة المصابة ، فيؤدي ذلك إلى تحسين حركة الدم بالتأثير عليها بالمجالات المغناطيسية ، مما يؤدي إلى تحسين تروية العضو المصاب بالدم و ذلك يلعب دورا حاسما في علاج مجموعة كبيرة من الأمراض المختلفة ، لأنه يقوم بتـامين الحد الأدنى من المواد الغذائية ، و الأكسجين ، والأجسام المضادة ، و غيرها من المواد البيولوجية الأخرى التى بدونها لا يمكن الحديث عن مقاومة و علاج الأمراض ، خاصة و أن السواد الأعظم من الأمراض يكون مرتبطا بشكل أو بآخر بنقص التروية (وصول الدم للعضو المعين (، أو نقص الأكسجين ، فتحسين حركة الدم في الجسم من ناحية و تخليص الجسم من أكبر قدر ممكن من المواد السامة المتراكمة فيه من ناحية أخرى يلعبان دورا محوريا و مهما للغاية في رفع قدرات

الجهاز المناعي بشكل واضح في مقاومة و علاج مجموعة كبيرة من الأمراض المختلفة المنشأ.

14. لماذا تنصحون الناس في بعض الأحيان بتغير وضع قطبي المغناطيس على الجسم إذا لم يحدث تحسن في حالة المريض؟

ذلك لان لكل جسم قطب مغناطيسي يساعد في علاجه بفاعلية أكثر من القطب الآخر، فمثلا معظم الناس التى تشتكي من إرتفاع ضغط الدم يساعد القطب الموجب في علاج ضغطها (القطب المكتوب من الناحية الأنجليزية من جهاز الباسمير) ، في الوقت الذي يساعد القطب السالب في علاج نفسه الحالة للبعض الآخر الذين شتكون من إرتفاع ضغط الدم و العكس هو الصحيح تماما.

15. هل هنالك أي أعراض جانبية تذكر في حال إستخدام أجهزتكم المغناطيسسة لعلاج الأمراض المختلفة؟

طول مدة تزيد على ال30 عاما من الأبحاث والعمل التجاري ، لم ترد إلينا أية حالة بظهور أعراض جانبية ناتجة عن إستخدام أي من أجهزتنا المغناطيسية ، و ما يؤكد ذلك أن هنالك بعض الخبراء و الأشخاص العاديين الذين يستعملون أجهزتنا المغناطيسية لأكثر من عشرين عاما لم يشتكوا البتة من أية أعراض جانبية ، بل العكس هو الصحيح تماما فأوضاعهم الصحية أقل ما يقال عنها أنها جيدة رغم تقدمهم في السن ، و رغم أن بعضهم تعرض لأمراض صعبة ، إلا أن مقاومتهم لهذه الأمراض كانت ممتازة ، و ذلك لمداومتهم على شرب الماء الممغنط و المداومة كذلك على إستخدام أجهزتنا الأخرى في حال تعرضهم لأية وعكة صحية.

16. هل هنالك أية مشاكل صحية يمكن أن تنتج عن إستخدام أجهزتكم المغناطيسية في حال تم إستخدامها لفترات زمنية أطول من الفترة اللازمة للعلاج؟

لا ليست هنالك أية مشاكل صحية تذكر إذا تم استخدام أجهزتنا المغناطيسية أطول من الفترة المسموح بها ، و إن كنا ننصح دوما بمتابعة الكورسات العلاجية (فترة العلاج) بصورة دقيقة كما هو مكتوب في أوراقنا التوضحية الخاصة بطرق الإستعمال.

17. هل تلعب نوعية المغناطيس دورا في عملية العلاج؟

نعم تلعب نوعية المغناطيس و شكله و الطريقة التى يتم بها تصنيع و تركيبة المغناطيس دورا مهما في طريقة عمله. و من ناحية أخرى فان مستوى شدة الحث المغناطيسي يعتبر من العوامل المهمة في عملية العلاج ، و يجب أن تتناسب مع المجال المغناطيسي الخاص بجسم الانسان وذلك بناء على أبحاث واسعة و متعمقة لتحديد أشكال و أنواع المجالات المغناطيسية النافعة و الضارة.

18. لماذا يعتبر العلاج بالمغناطيس أحد أهم طرق العلاج بنظام الطب المكمل؟

يكمن السبب في أن الطاقة المغناطيسية هي الطاقة الأساسية التى تقوم بتنظيم كافة أشكال الحياة على كوكب الأرض ، و من ناحية أخرى فان العلاج المغناطيسي بسيط و سهل و غير دوائي ، لذلك فليست له أية أعراض جانبية ، و بالتالي لا يؤدي إستخدام هذا النوع من العلاج إلى ظهور أي نوع من الأمراض. و هو يعتمد على أساس الفهم العميق للعلاقة بين الإنسان والطبيعة.

19. ماهي الأمراض التي يمكن المساعدة في علاجها بواسطة "العلاج المغناطيسي؟

-أمراض الجهاز العصبي مثل : الصرع ، الصداع ، الشقيقة (الصداع النصفي) ، الارق ، مرض الخرف(الزهايمر) ،عدم القدرة على الكلام ، الشلل النصفي السفلي..الخ.

-أمراض القلب : أضطرابات عضلة القلب و حركة الدم ، ضغط الدم ، و الأنيميا.

-أمراض الجهاز الهضمي : قرحة المعدة و الإثنى عشر ، إلتهابات المعدة ، ضعف نشاط المعدة و حموضة المعدة ، المغص و الإمساك ، إلتهابات اللسان وعسر الكلام.
-أمراض النساء و الولادة : إنقطاع أو عدم الطمث ، إضطرابات و آلام الدورة الشهرية ، التهابات المهبل و بطانة الرحم ، الإجهاض المتكرر، خراج الثدي ، إلتهابات الثدي ، أنيميا الحمل ، نزيف الرحم ....الخ.
-أمراض الجهاز الحركي و العظام : آلام المفاصل و العظام و إلتهاباتهما، هشاشة العظام ، الإلتواءات و كسر العظام ، داء الملوك (النقرس.(
-إضطرابات الجهاز التنفسي : الربو القصبي، الإلتهاب الشعبي الربوي ، حساسية و إنسداد الأنف ، إلتهاب الجيوب الأنفية الفكي و نزلات البرد.
-أمراض الأجهزة التناسلية عند الرجال : إلتهابات و تضخم البروستات ، إضطرابات الإنتصاب و سرعة القذف ، الفتور الجنسي ، إلتهاب الحويصلة المنوية ، إلتهاب الإحليل ، البواسير ، شروخ المستقيم ، سرطان المستقيم) المرحلة الأولى.(
-أمراض الأجهزة التناسلية عند النساء : إلتهابات المهبل و عنق الرحم ، الإلتهاب المزمن لبطانة عنق الرحم ، إضطرابات الدورة الشهرية ، الفتور الجنسي.
>-مشاكل الجلد : الجروح التى لا تندمل ، إلتهابات الجلد ، الصدفية ، الأكزيما ، نسبة كبيرة من حالات القشرة ، حب الشباب.
-العيون : ضعف العصب البصري ، الماء الأزرق
-إضطرابات الغدد : مرض السكري ، و البدانة.
-الإضطرابات النفسية : الهستيريا ، الإدمان ، الإكتئاب ، الخرف ، العجزو البرود الجنسي ، فقدان الشهية
-الصحة العامة : السواد الأعظم من المرضي الذين تم علاجهم بواسطة العلاج المغناطيسي كان هنالك تحسن واضح في صحتهم العامة ، مما يعني أن هذا الأسلوب العلاجي ساعد و بشكل أساسي في علاج الأسباب الرئيسة لأمراضهم .

20. ماهي أهم الأشياء التى يجب الإنتباه إليها عند العلاج بواسطة المغناطيس؟

-التقييد بزمن الكورس العلاجي من حيث عدد الأيام ، و عدد الدقائق عند كل جلسة.
-عدم تعجل نتيجة العلاج التي يبحث عنها المريض ، و عدم إهمال العلاج ، و المواظبة عليه حتى إذا لم يشعر المريض بأي تحسن من أول ايام بدء العلاج المغناطيسي.
-في حال إستخدام المريض لأي نوع من أنواع الأدوية الكيميائية لا يجب التوقف عنها إذا بدء المريض العلاج بواسطة المغناطيس ، و خصوصا في حالات مثل ضغط الدم و السكري ، آلآم المفاصل و العظام أو أي مرض مزمن آخر، و لكن يمكن للمريض في مثل هذه الحالات التقليل من جرعة الدواء بشكل تدريجي بعد شهر من بدء العلاج المغناطيسي و ذلك حسب الحاجة و الملاحظة إذا كان التحسن واضحا تماما.
-بالنسبة للأمراض المزمنة ينصح بعدم التوقف عن العلاج المغناطيسي عند الحصول على النتيجة ، و المواضبة على معاودة الكورس العلاجي بين فترة و أخرى ، و خصوصا إذا كانت هذه الأمراض المزمنة مرتبطة بإضطرابات عمل الجهاز المناعي.
-لا يمكن الحديث عن فعالية أي نوع من أنواع العلاج إذا لم يكن هنالك نظام غذائي صحي و متوازن يؤمن الحاجات الضرورية للجسم من المواد الغذائية التى يحتاج إليها الجسم من بروتينات و فيتامينات ....الخ ، مع الأخذ في الأعتبار الكثير من العوامل الأخرى في عملية الوقاية و العلاج من الأمراض المختلفة مثل نمط

الحياة الذي يعيشه الفرد ، الإمتناع عن تناول و إستخدام المواد الكيميائية و الغريبة التى يمكن أن تؤدي إلى ظهور الكثير من الأمراض مع عدم إغفال الدور السلبي الذي يمكن أن تلعبه الضغوط النفسية و العصبية في ظهور الكثير من الأمراض النفسية و العضوية.

إحصائيات عن بعض الحالات المرضية التى ساعدنا في علاجها في الآونة الأخيرة على ضوء رسالات الشكر و الإتصالات التى وصلت إلينا من الدول المختلفة.

الحالات المرضية	عدد المرضى	الأجهزة المغناطيسية المستخدمة	ملاحظات بعد بدء العلاج المغناطيسي
1. ضغط الدم	45	القمع المغناطيسي+جهاز باسمير:	توقف عن تناول الأدوية بعد شهرين او استخدام اقل جرعة
2. حصاوي الكلي	29	القمع المغناطيسي لمياه الشرب	بعض الحصاوي خرجت بعد أسبوع، و أخري بعد شهر.
3. الأكزيما	4	القمغ المغناطيسي+ مغنطة مياه الإستحمام:	حالة طفل كانت متاخرة و العلاج أعطي نتائج ممتازة.
4. الصدفية	2	القمع المغناطيسي + مغنطة مياه الإستحمام:	حالة لرجل عان ى لأكثر من 26 سنة و شفي بعد شهرين
5.السكري	7	القمع المغناطيسي+الشريحة المغناطيسية:	تحسن الوضع العام و رجوع الدفء لأطرف الجسم
6.مرض الملوك (النقرس)	4	القمع المغناطيسي لشرب الماء الممغنط:	كان وضع هذه الحالات سيئا جدا و شفيت تماما
7. مرض الروماتيزم الوماتويد	3	القمع +غسيل الأمعاء:	تحسن الوضع لدرجة الشفاء التام
8. عمليات جراحية في القلب	2	القمع المغناطيسي	إنخفاض واضح في درجة الآلام قبل و بعد إجراء العمليات
9. تقرحات مزمنة على فروة الراس	1	القمع+ممغنط الدش+ الإسطونة المغناطيسية:	معانأة لاكثر من 20 عاما و شفاء خلال 60 يوما
10. الصرع	2	القمع+ الطاقية المغناطيسية	إنخفاض شديد في عدد نوبات الصرع
11. قرح المعدة	1	القمع+ جهاز باسمير أو الشريحة.	إنخفاض واضح في شدة الآلام
12. حموضة المعدة	5	القمع المغناطيسي	تحسن شديد في عمليات الهضم و توقف الحموضة
13. الإمساك المزمن	4	القمع المغناطيسي	القضاء على الإمساك من الأيام الأولى لشرب الماء الممغنط

إ حدى الحالات صارت تأخذ البخاخ مرة واحدة كل بضعة أشهر!	القمع + الشريحة:	2	14. حالات الربو
قلت أو إختفت نوبات الصداع بصورة نهائية	القمع المغناطيسي + الأقراط المغناطيسية:	5	15.الصداع الكلي و النصفي
بعض الحالات كان هنالك تحسن واضح و الأخرى إختفت لديها الأعراض	القمع المغنطيسي+جهاز لور:	3	16. الجيوب الأنفية
خفض تركيز الحديد في الدم، نشاط واضح لدى الأطفال و زيادة في الحيوية	القمع المغناطيسي	2	17.الثلاسيميا
خفض في عدد نوبات الزكام المتكررة	القمع المغناطيسي+جهاز لور	4	18.الزكام
تحسن ملفت للنظر في تناول الطعام	القمع المغناطيسي	2	19. عسر الهضم بسبب التدخين
تحسن ملوس في القدرات الجنسية،علاج البواسير و البروستات	القمع+ج.لوت+مغناطيس شرجي:	11	20.مشاكل الرجال التناسيلة
إنتظام الدورة الشهرية توقف حالة إجهاض متكرر	القمع +جهاز.المغناطيس المهبلي:	2	21. مشاكل النساء التناسيلة

هوامش:

· معظم الحالات لضغط الدم كانت من الصومال و السودان، ونيجيريا و حالات النقرس كانت لسودان يين و بريطاني

· معظم الحالات التى تكونت لديها الحصاوي كانت من الإمارات و السودان، و السعودية.

· بقية الحالات المذكورة كانت لحالات من الإمارات، السودان، و مصر ، الكويت ، والبحرين، و السعودية.

· الأرقام المذكورة في الجدول قابلة للزيادة ، خاصة واننا لم نتمكن من متابعة حالات إضافية في الدول المختلفة

العلاج بالتنويم والإيحاء.

لقد استخدم مِسْمِر Mesmer في تجاربه فن التنويم المغناطيسي الذي أطلق عليه اسم" المغناطيسية الحيوانية .animal magnetism "لكن الإنجليزي جيمس بريد J. Bred هو الذي ابتدع المصطلح في 1843. وشكَّلت هذه التقنية موجة عارمة من 1875 إلى بدايات هذا القرن. ويعرّف بالتنويم المغناطيسي اليوم، على الرغم من الخلافات بين المدارس، بأنه ظاهرة طبيعية تُحدِث استجابة لنوع من الإيحاء تختلف درجتها بحسب الأشخاص. جعل P. Janet من التنويم المغناطيسي إحدى طرق التطهير Catharsis النفسي. كما أن فرويد وبروير Breuer مارساه. ولكن فرويد سرعان ما تركه لينشئ طريقته الخاصة في التحليل النفسي .

وتلجأ التقنيات التنويمية لتخفيض الوعي في اليقظة مع استخدام الإيحاء أو بدونه. فيحدث تقليص للمنبِّهات السمعية والبصرية المحيطة بعد أن يتم جذب انتباه الشخص إلى شيء أو فكرة ما. وتُستعمَل عادة الأغراض اللامعة والإيحاءات الكلامية والحركية، فيدخل الفرد في حالة انتقالية تتنوع بتبدِّياتها ودرجة عمقها . ويصبح الفرد قابلاً لتلقي إيحاءات وتنفيذ أفعال لا يتذكر منها شيئاً عند استيقاظه . ويمكن أن ينفِّذ بعض الأمور بعد الاستيقاظ دون أن يعلم أن الإيحاء بها قد تم أثناء التنويم. وقد أثبتت التجربة أن فعالية المعالجة لا ترتبط بمدى عمق المرحلة الانتقالية. ويمكن الاستفادة من هذه التقنية من أجل تطبيق المعالجة بالإيحاء ومن أجل استكشاف الشخصية، كما يمكن للتنويم المغناطيسي أن يكون فعالاً في معالجة أعصبة مختلفة ومعالجة بعض الأمراض النفسية الجسدية (الربو، ارتفاع التوتر الشرياني، إلخ .(وتقف بعض اتجاهات علم النفس ضد التنويم المغناطيسي لأن المعالج يمكن أن يوحي للشخص المنوَّم بإيحاءات ليست في صالح هذا الأخير، أو أن تحل بعض الأعراض العائدة للتنويم مكان أعراض سابقة. بمعنى آخر، يمكن للمعالِج أن يُسقِط جزءاً من اضطراباته على المعالَج. وتبقى عملية التنويم المغناطيسي غير واضحة تماماً. لقد قال شاركو بأن التنويم المغناطيسي يخلق هستيريا مصطنعة عند المنوَّم عن طريق إحداث انقسام وظيفي في الشخصية. وقد وصفه بعضهم بأنه نوم جزئي ناجم عن تثبيط جزئي. وبعضهم يقول بتوقف الفعّالية الدماغية أو تغييرها. أما فرويد من جهته فقد رأى في التنويم المغناطيسي أحد تنويعات التحويل transfer ليس إلا .

ويهتم بعض الأطباء الأميركيين منذ بعض الوقت بالتنويم المغناطيسي الذاتي. وهي تقنية مشتقة من الإيحاء الذاتي تساعد بشكل جاد على صقل الشخصية والتحرُّر من بعض الإشراطات السيئة واكتساب أخرى أكثر ملائمة. وتُستخدَم هذه التقنية من أجل التخلص من التدخين والكحولية والتثبيط الجنسي والخوف والشعور بالدونية ومن بعض الآلام النفسية والجسدية. وتقوم هذه الطريقة على خلق صورة عن الذات تندمج تدريجياً مع الشخصية بحيث يصبح الإنسان ما يريد أو ما يفكر فيه. هكذا يتم خلق إشراط جديد، ولو جزئي، يؤثر في السلوك اللاإرادي بحيث يختار السلوك المبتغى أو يرفض السلوك الذي يسعى للتحرر منه. ويفضِّل شارل بودوان التنويم المغناطيسي الذاتي على الإيحاء الذاتي لأن الإيحاء الذاتي غالباً ما يتجابه مع مقاومة اللاوعي، أما التنويم الذاتي فيهدف إلى خلق شخصية خارجية جديدة تصبح تدريجياً وبهدوء الذات نفسها .

من التقنيات التنويمية الأخرى نذكر الاسترخاء والتحليل التخديري Narcoanalysis وحلم اليقظة الموجَّه، وهي التقنية الهامة التي استخدمها روبير دوسويل عام 1938. ويبدو أن جوهر هذه التقنيات جميعاً هو مبدأ التحويل الذي قال به فرويد وأيَّده يونغ بشدة. يتم في التحويل توجيه عاطفة أو انفعال معيش نحو المعالِج كما لو أن المريض يعيد فصولاً أو مواقف من حياته جاعلاً من المعالِج أحد المشاركين بها (الأم، الأب، المدرِّس، إلخ). وهكذا يصبح الماضي أكثر ليونة وتنفتح إمكانية تعديل بعض الأخطاء أو تحقيق بعض الآمال... وهذا يتم في جلسة التحليل النفسي عادة. ويحدث ما يشابهه في التنويم المغناطيسي والتقنيات المشتقة منه.

التنويم المغناطيسي (الإيحائي) أسئلة و أجوبة

التنويم المغناطيسي,hypnotherapy أحد المجالات العلاجية التي ينشر استعمالها في الوقت الحالي لعلاج العديد من العلل والأعراض المرضية , خاصة النفسية منها .
وفيما يلي نجيب على أهم الأسئلة التي تراود الكثيرين .

_1أريد أن أجرب التنويم الايحائي , لكنني خائفة من حالة التنويم الايحائي , هل يمكن شرح ماذا يحدث للشخص أثناء التنويم ؟

في أول جلسة يعمل الاخصائي بالتنويم الايحائي على استقصاء الهدف الذي تريدينه من الجلسات, ونأخذ التاريخ المرضي الكامل , ويشرح ما الذي سيحدث خلال الجلسات وما هي الفائدة التي ينتظر أن تحقق .

يوجد عدة طرق يدخل من خلالها الشخص في حالة التنويم الايحائي , وأشهر هذه الوسائل أن يطلب الاخصائي من الإنسان الاسترخاء وإغماض العينين والتركيز على نفسه , ومع الدخول في حالة الاسترخاء العميق , يشعر الإنسان يالأبتعاد تدريجياً عن الواقع لكنه يستمر في سماع ما يدور حوله وفي حالة الاسترخاء العميق يكون الإنسان مستعداً لتلقي الاقتراحات الإيجابية التي يطرحها الاخصائي بالتنويم الايحائي . وفي هذه الحالة , أيضاً يسترخي العقل الواعي (العقل الحاضر) وتدخل اقتراحات الاخصائي إلي اللاوعي) العقل الباطن) مباشرةً , ويكون الشخص صامتاً طوال الجلسة , بينما يتكلم الاخصائي . وعندما يستيقظ من حالة النوم يشعر بالانتعاش وتصبح نظرته إيجابية .

_2لماذا نرى أن التنويم الايحائي فعال بدرجة كبيرة في مساعدة الناس على الإقلاع عن التدخين ؟

التدخين عادة يتعلمها الإنسان , لذلك يمكن عكسها والإقلاع عنها . وفي حالة جلسات التنويم الايحائي التي تهدف إلي الإقلاع عن التدخين يقوم المعالج بسؤال الإنسان متى بدأ في التدخين ولماذا , وما الذي يحدث في حياته ذاك الوقت . ويذكره بمواصفات حياته قبل التدخين , ويشجعه على العودة إلي تلك الفترة التي لم يكن التدخين يؤثر سلبياً في صحته النفسية والجسمية .وخلال

الجلسة يكرر الاخصائي القول أن الإنسان لن يحتاج بعد ذلك للتدخين أو يرغب به .
وهذا يقوي عزيمة الإنسان في التخلص من تلك العادة السيئة , كما يعزز بتوفير الصحة والتحكم في النفس من خلال الإقلاع عن التدخين ....

_3أعاني من نوبات الرعب الشديد أحياناً , هل يمكن أن تساعدني جلسات التنويم ؟

نعم ونقطة البداية في العلاج تكمن في التعرف على أسباب القلق الذي يسبب هذه النوبات . وبعد ذلك ترسم إستراتيجية فعالة لتحقيق الهدوء والاسترخاء عندما تشعرين بقرب حدوث نوبة, وتكون ضمن الخطوات التي ينصح باتباعها أساليب التنفس بهدف الاسترخاء والتخلص من التوتر النفسي . ويعمل الاخصائي على أن تكتشفي نقاط قوتك وقدرتك على أدارة مواقف مزعجة يمكن أن تقابليها .

_4هل يمكن تنويم أي شخص ؟

لايمكن تنويم أي شخص لا يريد أن ينام . و أذا كنت لا تريدين أن ينجح العلاج فلن ينجح ونجد أن بعض الأشخاص لا يستجيبون لمحاولة التنويم الايحائي . ومن هؤلاء الأطفال تحت سن السادسة والأشخاص الواقعون تحت أثر الخمر أو المخدر .
والأشخاص اللذين يتناولون أدوية مهدئة أو منومة لا يستجيبون للعلاج بالتنويم الايحائي , وذلك لأن هذه الأدوية تؤثر في كيمائية العقل بطريقة تؤثر في العلاج بالتنويم الايحائي .

_5قرأت أن التنويم المغناطيسي) الايحائي) الذاتي يمكن أن يساعد الأنسان على التخلص من الضغوط , كيف يمكن تنفيذ التنويم ذاتياً ؟

يمكن أن يكون التنويم الايحائي الذاتي فعالاً أكثر أذا أجرى مختص بالتنويم جلسة واحدة على الأقل, وذلك لكي يعرف الأنسان بالتجربة الواقعية ما الذي يحدث خلال جلسات التنويم .
إذا كنت تريدين تجربة التنويم الذاتي أسترخي في مكان منعزل ومريح وهادئ ويمكنك أن تجلسي أو تستلقي , ثم أغمضي عينيكي وعدي تنازلياً من 10 _ 1 بينما تركزين على تنفسك , وعندما تشعرين بالاسترخاء العميق يمكنك أن توحي لنفسك أنك تشعرين بالهدوء أنك قادرة على أدارة ظروفك جيداً ومواجهة أي مشاكل تعترضك , ويمكنك أن تتبعي هذه الطريقة في التنويم الذاتي عندما تشعرين بضغوط أو في نهاية يوم شاق ومرهق للتخلص من التوتر وعندما تريدين الخروج من حالة التنويم الذاتي عدي من 1_ 3 ثم افتحي عينيك ...

_6أشعر بالرعب الشديد عندما أذهب إلى طبيب الأسنان هل يمكن أن يساعدني التنويم الايحائي على الهدوء أثناء علاج أسناني ؟

نعم .. وهناك بعض أطباء الأسنان تدربوا على التنويم الايحائي ويمكنهم أن يدخلوا الشخص الذي يعالجونه في حالة الاسترخاء العميق قبل جلسات العلاج , وحتى أن تنتهي .
وتعمل جلسات التنويم الايحائي لهذا الغرض , كما يمكن تعلم التنويم الذاتي , كما سبق ذكره في السؤال رقم (4) وذلك لكي تحافظي على الاسترخاء العميق من خلال علاج الأسنان ..

_7عانيت لسنوات من الأرق حتى أنني أتناول بعض الأدوية التي تساعدني على النوم , هل يمكن أن أستفيد من جلسات العلاج بالتنويم الايحائي ؟

أن علاج الأرق بالتنويم الايحائي يكون كبير الفعالية في تفهم الأسباب الكامنة وراء الأرق والوصول إلى الحالة من الاسترخاء العميق وقت النوم , بحيث يبتعد الأرق بسرعة وينام الإنسان براحة وهدوء . وأسلوب التنويم المغناطيسي ذاتياً يكون كبير الفاعلية للتخلص من الأرق ..

_8حاول زوجي لسنوات طويلة أن ينقص وزنه , فهل يمكن أن يفيده العلاج بالتنويم المغناطيسي ؟

يمكن أن يكون التنويم المغناطيسي أسلوباً ممتازاً في التخلص من الوزن الزائد , والحفاظ على الوزن المناسب بعد الوصول إليه , وذلك لانخفاض الوزن في هذه الحالة يكون تدريجياً , ويركز على إدخال تغييرات دائمة في أسلوب الحياة, وليس الجوع الشديد لفترة من الوقت , أو أتباع حمية صارمة يصعب الاستمرار عليها لمدة طويلة . يستطيع المعالج بالتنويم المغناطيسي أن يوحي لزوجك خلال الجلسات العلاجية الأكتفاء بكميه صغيرة من الطعام , وضرورة الالتزام بممارسة التمارين الرياضية المناسبة التي تساعد على إنقاص الوزن والتوفير من النشاط والحيوية , واتباع نظام غذائي صحي , والمعروف أن اتباع هذه النصائح يعتبر الطريقة المثالية لتخفيض الوزن والحفاظ على الوزن المثالي بطريقة دائمة ..

_9والدتي تعاني من التهاب المفاصل وتتألم كثيراً على الرغم من تناول أدوية فهل يمكن أن تستفيد من التنويم المغناطيسي
العلاج بالتنويم المغناطيسي ليس بديلاً عن الدواء في حالة والدتك , لكنه من ناحية أخرى يعتبر آمناً كعلاج يهدف إلى أستر خاء الجسم والعقل , ويمكن للمعالج أن يدخل والدتك في حالة من الاسترخاء العميق , وخلال تلك الحالة يمكن أن تخف الآلام التي تشعر بها كثيراً , من خلال تعطيل مراكز الأعصاب التي تنقل نبضات الألم من المخ إلى الجسم , ويمكن للمعالج أن يشجع والدتك على ممارسة تمارين عقلية خاصة تتخيل خلالها كأن الألم يتحول إلي مشاعر دافئة ومريحة , أو يتجمد ويبطل تأثيره , كما يمكن أن تتعلم والدتك أسلوب التنويم الذاتي , الذي سبق شرحه في السؤال رقم (4) لكي تستطيع التحكم في الألم وشدته .
لكن يجب ملاحظة استشارة الطبيب والاستمرار في تناول الأدوية التي وصفت لها .

_10الأمراض التي يمكن علاجها عن طريق التنويم ؟
الاكتئاب, الإحباط , خيبة الأمل , عدم الثقة بالنفس , السيطرة على الوزن , الخوف من (الحيوانات الاليفة ,الاماكن المرتفعة ,السفر بالطائرة, الاماكن المزتحمة,المغلقة ,المفتوحة) , تحسين العلاقات الزوجية, صعوبات التعلم , تحسين الأداء الرياضي , قطم الأضافر, مص الإصبع , التبول اللأرادي النفسي , نتف الشعر , التعامل مع الألم , علاج السكر النفسي , علاج ضغط الدم النفسي , الضعف الجنسي النفسي , علاج آلام الظهر والرقبة النفسي , القدرة على الخطابة أمام الجمهور , تاتاة الكلام النفسية ,ضعف الشخصية , الإقلاع عن التدخين , تحسين الأداء الدراسي , الاسترخاء قبل الولادة...

العلاج بالحجامة في الطب العربي من منظور الطب الحديث

Treatment by Cupping in Early Arabic Medicine from Modern Medicine Prospective

الحجامة هي نوع من كاسات الهواء التي كنا نستخدمها فيما مضى، وكانت تستخدم في الريف، وكان العرب يستخدمونها ثم جاء الرسول صلى الله عليه وسلم وأقرهم عليها وحثهم عليها، وحدد لهم مواضعها وأوقاتها.
ولكي نوضح الحجامة لابد لنا أن نتطرق إلى الحديث عن الإنسان، فالإنسان به دورة دموية شريانية ودورة وريدية ودورة ليمفاوية، ووظيفة الدورة الليمفاوية هي تصريف نواتج تكسير الخلايا وعندما يحدث بها سدد يبدأ ظهور المرض.
وعندما سُئِل النبي صلى الله عليه وسلم عن الحجامة قال : إنها تشفي من الأخلاط، وكلمة الأخلاط هي التي نطلق عليها الآن سدد في الدورة الليمفاوية، فالحجامة تقوم بتسليك السدد في الدورة الليمفاوية، وتبدأ الدورة الوريدية حركتها وتتصرف خلال ذلك الأخلاط المتراكمة فيزول المرض ويُشفى منه الإنسان.
وعندما كنا نتكلم عن الحجامة فيما مضى كانوا يتهموننا بالتخلف والردة الحضارية إلى أن جاء الألمان، وظهرت في ألمانيا مدرسة مشهورة تدعى Fask جاء الأمريكان وظهرت في الولايات المتحدة مدرسة تدعى Cupping.
ومن ذلك الحين أصبح حديثنا عن الحجامة حديثاً طبيعياً طالما أن هناك مدارس طبية عالمية كبيرة تناولت الموضع بجدية، ومن الجدير بالذكر أنهم تكلموا عن شفاء كثير من الأمراض بالحجامة كما أنهم أخذوا نفس المواضع التي حددها النبي صلى الله عليه وسلم وذكروا أنهم استفادوا من التراث العربي والصيني، وفي الحقيقة إنه الإعجاز النبوي!
قال ابن عباس رضي الله عنهما:
" كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يحتجم ثلاثاً، واحدة على كاهله والثانية على الأخدعين"(8).
والكاهل هو الجزء الذي بين الكتفين والأخدعين هما عرقان على جانبي العنق، والأخدعين هو شعبة من الوريد واء الأذنين.
والرسول صلى الله عليه وسلم في هذا الحديث وضح لنا مواضع الحجامة وهي على الأخدعين وعلى الكاهل، وهذه المواضع هي التي ابتدأ بها الـ Fask في ألمانيا والـ Cupping في أمريكا.
وقد احتجم رسول الله عليه وسلم وهو محرم من شقيقة(9)(الصداع النصفي).
كما أنه صلى الله عليه وسلم احتجم من السم الذي وضعته له اليهودية في الشاة واحتجم أيضاً صلى الله عليه وسلم على وركه من تعب كان به .

ووردت في دواوين السنة أحاديث كثيرة عن الحجامة، نذكر منها على سبيل المثال لا الحصر ما يلي:

1. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " إذا كان في شيء من أدويتكم خير ففي شرطة محجم أو شربة عسل أو كية نار، غير أني لا أحب أن أكتوي بالنار) أخرجه أبو داود.

2. وعن جابر بن عبد الله أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " إذا كان في شيء من أدويتكم خير ففي حجامة أو شربة عسل أو لدغة بنار توافق الداء، غير أني لا أحب أن أكتوي بالنار " رواه البخاري ومسلم .

وقال صلى الله عليه وسلم : " خير ما تداويتم به الحجامة " رواه البخاري.
وقال النبي صلى الله عليه وسلم " إن أمثل ما تداويتم به الحجامة والقسط البحري " أخرجه البخاري. (القسط البحري :العود الهندي).

3. وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " خير الدواء الحجامة " أخرجه البخاري.
4. وقالت سلمى خادمة رسول الله صلى الله عليه وسلم : " ما كان أحد يشتكي إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم وجعاً في رأسه، إلا وقال له : احتجم ".
5. ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم : " الحجامة تنفع من كل داء إلا الهرم فاحتجموا".(1)
6. عن أنيس بن مالك، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال:

" من أراد الحجامة فليتحر سبعة عشر، أو تسعة عشر، أو إحدى وعشرين ولا يتبيغ بأحدكم الدم فيتقله "(2).
فليتحر: فليتخير، يتبيغ: أي غلبة الدم على الإنسان وتردده في مجراه فيؤدي إلى قتله.

7. عن ابن عباس، أن رسول الله صلى الله عليه وسلم احتجم وهو محرم في رأسه من شقيقة كانت به(3). شقيقة : ألم ينشر في نصف الرأس والوجه.
8. عن صهيب قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " عليكم بالحجامة في جوزة القمحدوة، فإنه دواء من اثنين وسبعين داء، وخمسة أدواء من الجنون، والجذام، والبرص، ووجع الأضراس" (4).

القمحدوة : عظمة بارزة في مؤخرة الرأس. الجذام: داء يصيب الجلد والأعصاب الطرفية، يؤدي إلى تساقطها. البرص : بياض يصيب الجسد.

9. عن ابن عباس: قال النبي صلى الله عليه وسلم : " نعم العبد الحجام يذهب الدم، ويخفف الصُّلب، ويجلو عن البصر" .
10. وقال : إن رسول الله صلى الله عليه وسلم حين عرج به ما مرَّ على ملك من الملائكة إلا قالوا : يا محمد، مُر أمتك بالحجامة(6).
11. وقال : " إن خير ما تحتجمون فيه يوم سبع عشر ويوم تسع عشر ويوم إحدى وعشرين" .
12. وقال : " إن خير ما تداويتم به السّعوط واللُّدود والحِجامة والمشيُ " .

وإن رسول الله صلى الله عليه وسلم لَدَّه العباس وأصحابه، فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم من لدّني؟ فكلهم أمسكوا، فقال لا يبقى أحد ممن في البيت إلا لُدَّ غير عمه العباس، قال عبد، قال النضر: اللدود والوجود.

13. عن ابن عمر رضي الله عنه قال : يا نافع قد تبيغ بي الدم فالتمس لي حجامًا، واجعله رفيقاً إن استطعت، ولا تجعله شيخاً كبيراً ولا صبياً صغيراً، فإني سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: " الحجامة على الريق أمثَلُ، وفيه شفاءٌ وبركةٌ، وتزيد في العقل، وفي الحفظ فاحتجموا على بركة الله يوم الخميس، واجتنبوا الحجامة يوم الأربعاء والجمعة والسبت ويوم الأحد تحرّياً واحتجموا يوم الإثنين والثلاثاء فإنه اليوم الذي عافى الله به أيوب من البلاء، وضرَّ به بالبلاء يوم الأربعاء، فإنه لا يبدو جُذام ولا برص إلا يوم الأربعاء، أو ليلة الأربعاء "(7).

أهمية الحجامة

عن ابن عباس قال رسول الله عليه وسلم: " ما مررت ليلة أسري بي بملأ من الملائكة إلا وكانوا يقولون : يا محمد عليك بالحجامة "(11).
وقال علي بن أبي طالب رضي الله عنه : " نزل جبريل عليه السلام على النبي صلى الله عليه وسلم بحجامة الأخدعين والكاهل"(12).
وعن أنس رضي الله عنه قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " مازال جبريل يوصيني بالحُجم حتى ظننت أنه لابد منه "(13).
وعن صهيب أن النبي صلى الله عليه وسلم : " عليكم بالحجامة في جوزة القحمدوة وهي نقرة القفا، فإن منها شفاء من اثنين وسبعين داءً " .
ونحن كمسلمين تناولنا هذا الحديث وغيره كقضية مُسلم بها من باب (وما ينطق عن الهوى * إن هو إلا وحي يوحي).
إلى أن بحث العلماء الألمان وتوالت بحوثهم وقالوا : إن نقرة القفا هي التي تلي الغدة النخامية ويمر بنقرة القفا 72 هرمون من الغدة النخامية ويذهبون إلى بقية غدد الجسم والغدة الصماءن ولذلك أي خلل في أي هرمون يؤدي إلى داء والحجامة في نقرة القفا تؤدي إلى الشفاء من 72 داء.
وبحث ذلك ثلاث علماء ألمان من مدرسة الـ Fask منذ ستة أشهر فقط ورسول الله صلى الله عليه وسلم أكد ذلك من أربعة عشر قرناً أو يزيد.
وذكر ابن القيم رحمه الله أن النبي صلى الله عليه وسلم احتجم في عدة أماكن من قفاه بحجم بحسب ما اقتضاه الحال، كما أحتجم في غير قفاه بحسب ما دعت الحاجة إليه.
وانطلاقاً من قول رسول الله صلى الله عليه وسلم : " من أحي سنة من سنتي قد أميتت بعدي كان له من الأجر مثل من عمل بها من غير أن ينقص ذلك من أجرهم شيء " كان لزاماً علينا التحدث في هذا الموضوع.
تلك السنة المندرسة هي السنة الشافية من كثير من الأمراض التي انتشرت في عصر الماديات، تلك الأمراض التي لا يوجد لكثير منها إلى الآن دواء.

لماذا نتلكم الآن عن الحجامة؟

للأسف نحن تركنا كثيراً من تراثنا الطبي، بل نسيناه، ومن هذا التراث الحجامة، وما تم إنشاؤه من معاهد متخصصة وقيام مدارس كبرى من معاهد متخصصة وقيام مدارس كبرى بدراسات عالية حول الحجامة تزيد المؤمنون إيماناً.
سبحان الله ! سنة رسول الله صلى الله عليه وسلم تحيا ويحييا الكفار في الولايات المتحدة وألمانيا وغيرهما!!
فها هو الغرب الذي يسعى وراء العلاج بالسنة دون أن يشعر، وكان الأولى بهذا الزحف والأولى بنشر السنة نحن المسلمون.
من الجدير بالذكر أن أول مواضع تلكم عنها الأمريكان للحجامة هي أول مواضع احتجم منها النبي صلى الله عليه وسلم وهي الأخدعين والكاهل ونقرة القفا التي تشفي من 72 داء.
وليس معنى أن الحجامة لابد أن تؤدى بطريقة طبية سليمة بحسب ما يحدده الأطباء، والنبي صلى الله عليه وسلم علَّمنا الأوقات المفضلة للحجامة في السابع عشر والتاسع عشر والحادي والعشرين من الشهر العربي، وعلمنا أيضاً مواضع الحجامة ولكلٍّ ذلك حكمة اكتشفها الأطباء والدارسون في العصر الحديث.
لقد وجد منذ فترة أن هناك ثم علاقة بين ضوء القمر وبين المد والجزر في البحار والأنهار والمحيطات وبما أن الإنسان البالغ تركيبه يزيد عن 80% ماء وبما أن البحار والأنهار والمحيطات في تمام كمال القمر وتمام كماله يوم 17ـ19ـ21 فيزيد المد والجزر في البحار وبالتالي يزداد الماء الموجود بنسبة 80% أو أكثر، ولذلك أوصى رسول الله صلى الله عليه وسلم بعمل الحجامة في هذا الوقت حيث يزداد

الإنسداد الموجود أو الأخلاط الموجودة، وفي هذه الحالة يصبح هناك إمكانية تصريف كامل وانفتاح للصرف الكامل.



صورة لحجام وهو يقوم بالحجامة بواسطة كاسات الهواء

ومن هنا كان حض النبي صلى الله عليه وسلم على صيام الثلاثة أيام البيض 13ـ14ـ15 وهذه الأيام هي تمام كمال القمر حيث قال : " إن من صام هذه الثلاث كان حقاً على الله أن يرويه يوم الظمأ " .
وفي هذا الحديث إعجاز كبير لأن القمر في هذه الأيام يكتمل تماماً وبالتالي يزيد المد والجزر في جسم الإنسان، حيث يتكون جسم الإنسان 80% ماء، وبالتالي يزيد جموع الإنسان، لذلك يوصينا النبي صلى الله عليه وسلم بالصوم.
الحقيقة أن الكثيرين يرون أن نحتجم في أي وقت، ولكن أفضل الأيام هي التي علمنا إياها رسول الله صلى الله عليه وسلم، وذلك هو الثابت علمياً، وعملها في تلك الأيام يحقق نجاحاً كبيراً عن عملها في غيرها من الأيام، حيث يزداد السدد الموجود.
ولابد أثناء البحث في قواعد الطب الإنساني من احترام قواعد جسمه، فالجسم البشري يمتلك إمكانيات طبيعية قوية جداً، لأنه من خلق الله سبحانه وتعالى.
فمثلاً : القلب ينبض ألف مرة كل 24 ساعة ويضخ 6 لترات من الدم عبر 96 ألف ميل من الأوعية الدموية، وهذه اللترات الستة تحتوي على 24 تريليون خلية، وسبعين مليون خلية تضاف، لأن سبعين مليون خلية يحدث لها استبدال يستهلكها الطحال، والجسم ويكون غيرها مرة أخرى، يحدث ذلك كل ثانية، ويتم إحلال وتجديد لسبعين مليون خلية.
وأيضاً درجة حرارة الجسم 37ْويحافظ على هذه الدرجة على هذا المستوى 4 مليون فتحة تهوية، وهي تمثل جهاز تكييف لهذه الماكينات أو لتلك المدينة الكبيرة المترامية الأطراف (الإنسان).
وتمد الرئة الجسم بالأوكسجين فالجهاز الهيكلي يتحرك بإعجاز محكم ويتحرك الإنسان بهذا الشكل الرشيق المعجز.
والخلية هي أصغر شيء في جسم الإنسان تعمل بتكنولوجيا تفوق كل وحدات العالم التكنولوجي لأن الفاقد في أحدث ماكينة في العالم يصل إلى 20% أما الفاقد في الخلية لا يصل إلى 2% كما يوجد آلاف المركبات في الخلية من الكروسومات والجينات والميتوكوندريا والإنزيمات والهرمونات ويوجد آلاف العمليات الحيوية التي تجري داخل جسم الإنسان وهو لا يشعر، وحكمته، ويقولون بعد ذلك، ذكاء فطري! إنها قدرة الخالق (صنع الله الذي أتقن كل شيء).

لذلك هناك 75 ترليون خلية تعمل لمدة 60 أو 70سنة وتجري في سلاسة متناهية، وأن الضفيرة الوراثية " الشفرة الوراثية " يعمل منها 10%، 90% فارغ، وعملية الإحلال والتجديد في هذه الضفيرة تحدث كل سبع سنوات أي كل سبع سنوات يتم الاستغناء عن الـ 10% ويحل 10% غيرهم.

وهذا هو معنى قول النبي صلى الله عليه وسلم : " أعمار أمتي بين الستين والسبعين "، ومعنى ذلك أننا نستنفذ 100% بعد تمام السبعين وبحلول السبعين يكون قد استهلكنا 100% من الضفيرة الوراثية، ولذلك أوصانا الرسول صلى الله عليه وسلم باستخدام زيت الزيتون فيقول الرسول صلى الله عليه وسلم : " ائتدموا بالزيت وأدهنوا به فإنه من شجرة مباركة " .

فالتوافق الذي يتم بين كل أجزاء الجسم لابد وأن ينظر إليه الإنسان باعتباره شيء باهر الألباب فمثلاً: شكة الدبوس، وجد علماء السيبرنتيك(علماء السيبرنتيك هم العلماء الباحثون في كيفية توصيل الألياف العصبية، الإشارات إلى المخ وكيف يقوم المخ بترجمتها وإرسالها إلى المناطق الأخرى) أن شكة الدبوس لكي تصل خلال الألياف العصبية وتصل إلى المخ ويقوم المخ بترجمتها ثم يرسلها للمكان الذي شكه الدبوس، لكي تستجيب بتلك الحركة اللاإرادية فتسحب بسرعة وجدوا أن هذه العملية تتم في واحد/مليون جزء من الثانية.

وهؤلاء العلماء " السيبرينتيك " عندما أحبوا أن يحاكوا هذه الشكة علمياً قالوا أنهم سيحضرون Icesويضعوا إلكترونات، فاكتشفوا أنه لكي تصل شكة الدبوس إلى الحاسب الآلي ويترجمها بعد برمجته لكي تصل إلى الحاسب الآلي وتعود يستغرق ذلك 120 ساعة ذهاب و120إياب.

وهذا الإنسان صناعة الله، وكل ما فيه من هذه الأمور صناعته، ولذا يملك الإنسان تلك القدرات الفائقة على إعادة ترتيب نفسه أمام الظواهر الكونية، ولابد من تشجيع هذه القدرات التي قال عنها الإمام علي رضي الله عنه:

داؤك منك وما تبصر　　　　دواؤك فيك وما تشعر
تحسب أنك جرم صغير　　　　وفيك انطوى العالم الأكبر

ولذلك قال الإمام علي : إن الإنسان إذا سما به عقله ونظر وجد أن به سبع فتحات في وجهه، يمثلون السموات السبع، وقال إن اليدين والرجلين وفتحة السرة والقبل والدبر يمثلون الأرضين السبع، ولذلك قال:

تحسب أنك جرم صغير　　وفيك انطوى العالم الأكبر

وهذا معنى الاصطلاح العلمي الحديث:

(Well Organists System) أي أنه منظم تنظيماً حسناً، لا يمكن أن يحاكيه أحد، إذاً نحن في حاجة إلى منظومة طبيعية جديدة أو إلى تعديل كبير للمنظومة التي نعيش فيها، وصدق المثل الإنجليزي القائل: كثير من الدواء هو عبارة عن السموم بعينها:

أثر الدواء على الصحة العامة للإنسان:

ولقد اقترفنا نحن هذا الخطأ، حين بدأنا ندخل الكيماويات المصنعة والمخلقة في أجسادنا، وتتمثل المشكلة في الحقيقة أننا وضعنا الأشياء في غير مواضعها وخالفنا فطرة الخالق، حيث تشغل المراكز النشطة، أو مراكز الاستقبال في الخلايا، وتظل تشغلها ولا تتركها.

وكلما تناول الإنسان الدواء كلما تسكرت المراكز النشطة، حتى تملتئ تماماً ويصبح الدواء لا ينفع، وهذا ما يسمونه التأقلم على الدواء أو الإدمان، لذا ينبغي أن نعيد النظر في هذه الأمور ونعود إلى الطب النبوي.

والدارس لموضوع الحجامة سواء كان في المدرسة Fascingأو الأمريكية Cupingيستطيع أن يحدد ويميز بكل بساطة نقاط العمل وليعلم أنها لا تختلف كثيراً عن نقاط عمل النظرية الصينية في العلاج بالوخز بالإبر، كما أنها لا تختلف أيضاً عن نقاط العلاج بالضغط يعني في أهل التبت، حيث يقولون أن هناك

مواضع للطاقة يقومون بالضغط عليها، وهذه النظرية بدأ الأوربيون يتبعونها في الوقت الحالي.
وفي الحقيقة هناك نظريات متعددة لعمل هذه النقاط، فالنظرية تقول: إن الجسم يحتوي على 12 قناة أساسية، وأربع قنوات فرعية، وهذه القنوات تجري فيها طاقة مغناطيسية، وطالما هذه االطاقة تجري في يسر وبلا عوائق فإن الإنسان يكون بصحة وعافية، أما إذا حدث اضطراب في مجرى هذه الطاقة تبدأ المشاكل في الظهور، وعلى هذه المسارات الكهرومغناطيسية نقاط، وفي حالة اضطراب صحة الإنسان تضطرب كهرومغناطيسياً وتعطي إشارات لأجهزة خاصة تدل على أنه حدث في هذه المناطق نوع من الخلل أو ضعف المقاومة، ويوجد جهاز يستطيع أن يقيس الذبذبة ويحدد نوع المقاومة أو نقاط الضعف الخاصة.
فمثلاً أمراض الكبد لها نقاطها، وذات دلالات خاصة، وأمراض القلب لها دلالات خاصة وكذلك الضغط والسكر والروماتيزم وغيرها.. إلخ.
وهذه النقاط بالإضافة إلى كونها نقاط دالة على مشكلة صحية في الجسم فهي أيضاً نقاط تقوية، أو يمكن تسميتها محطات تقوية، فإذا حدث فيها مشكلة وجب التعامل معها بالطريقة المناسبة وبذلك يتم تقوية التيار مرة أخرى في الشبكة حتى تعود الشبكة الكهربائية إلى سابق عملياتها.

معنى كلمة الأخلاط:

إن كلمة الأخلاط التي ذكر النبي أن الحجامة تشفي منها كانت شائعة في الطب القديم، وكما قلنا: إن تصريف الخلايا يتم في الأوعية الليمفاوية والسدد الحادث تقوم الحجامة بتسليكه، كما يقوم أحدنا بتسليك الحوض من الرواسب وإلا سيفيض الماء ويتساقط على الأرض، لذلك علمنا النبي أفضل أوقات الحجامة وهي أيام (17ـ19ـ20).
وقد وجد أن بعض النقاط في نقط الطاقة أو مسارات الطاقة وجدوا أن الضغط عليها يعمل تأثيراً مسكناً يفوق استعمال كثير جداً من المسكنات الكيميائية، وهذا المفعول المسكن ينتج من ارتفاع مقدرة تحمل الألم بعد التعامل مع النقاط المنشودة.
وقد وجد أنه بالتحليل الكيمائي أن الجسم ينتج بالتعامل مع هذه النقاط مادة الأندروفين وهذه مادة مسكنة أي أن النقاط الخاصة بالتسكين تنتج الأفيونات الطبيعية التي خلقها الله تعالى، وهناك بعض النقاط لها مفعول مهدئ وقد وجد أن التعامل مع هذه النقاط يجعل الإنسان يهدأ، وقد يذهب في سبات عميق.
وهذا ما يُفعل في الطيران السنغافوري دائماً عندما تكون هناك رحلة طويلة، يرسلون عدداً من البنات الصغيرات مدربين ومعرَّفين بهذه الموضع ويقمن بتدليك هذه المناطق، على إثر ذلك ينام الناس لمدة ربع ساعة، إلى أن يوضع الأكل فينتشرن ويلدن أماكن أخرى، وعندها يستيقظ الناس من النوم ويستردون عافيتهم تماماً، إذاً هناك نقاط لها مفعول مهدئ.
وجدوا أن التعامل مع هذه النقاط يجعل الإنسان يروح في سبات عميق، وكانوا قديماً يقولون أن هناك هرمونات مسئولة عن النوم، لكن استخدام الحجامة في الحقيقة يسلك وينظف تلك الأخلاط، وبالتالي تعود الأمور إلى نصابها، وعندما تعود الأندروفينات يستطيع الإنسان أن ينام جيداً.

أثر الحجامة في المواضع المختلفة للجسم:

ووجد أن بعض النقاط لها مفعول توازني وبالتعامل معها يعود الأتزان إلى الجسم مرة أخرى ويقوم بذلك الجهاز السمبتاوي واللاسمبتاوي في الوقت نفسه، حيث تعيد هذه النقاط التوازن إلى الجسم وتخفض الضغط المرتفع وترفع الضغط المنخفض وتزيل الاضطرابات الهرمونية للرجال والنساء على السواء، ولذلك سميت نقاط المفعول التوازني.

وهناك نقاط موجودة لزيادة القوة المناعية، ولها خاصية هامة وهي زيادة نشاط الكرات الدموية البيضاء، كما أنها تزيد من الجلوبيرونات المسؤلة عن المناعة وهي خمسة (ألفا (1)، ألفا (2)، بيتا (1)، بيتا (2)، جاما).
ولقد استخدمت بعض الدول في شرق آسيا هذا الأسلوب في علاج بعض حالات الأقدام السرطانية باستخدام النظرية الشرقية للعلاج، حيث وجد أن مادة الأندروفين وهي عبارة عن المواد التي نستخدمها في حقن فيروس (C) وجدوا أنها مادة تنتج في الكبد طبيعياً.
كما قد وجدوا أن بعض المراكز بالضغط عليها أو بعمل حجامة عليها نستطيع زيادة مادة الأندروفين في الدم، وبالتالي تزيد من مقاومة السرطان أو الفيروسات، لأن علاج الفيروسات دائماً هو علاج الأورام.
وقد وجد أن بعض النقاط أو بعض الحجامات تنشط مراكز الحركة في الجسم أن الخلايا العصبية الساكنة تبدأ في مزاولة نشاطها مرة أخرى، وذلك خلال دورة عصبية تشترك فيها خلايا معينة، وذلك في حالات الضمور والشلل حيث يقومون بعمل استحساس لهذه الخلايا وبكثرة الحجامات في هذه المواضع نصل إلى نتائج ممتازة.
وقد وجدوا أن الحجامة من الممكن أن تزيد من الدوبامين المسؤل عن الشلل الرعاش، لكن لابد أن يقوم بها طبيب متخصص، وإذا لم يقم بها طبيب متخصص فهذه هي الرّدة الحضارية.

أنواع الحجامة

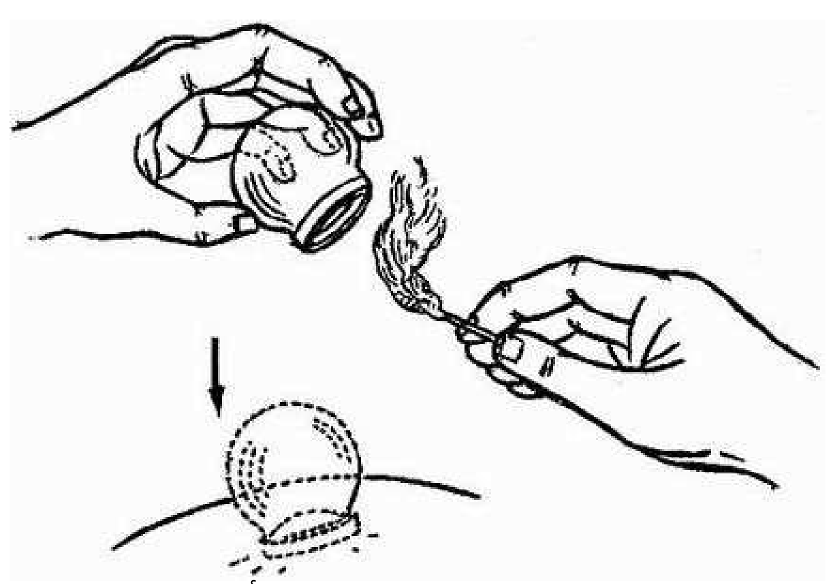
الحجامة ثلاثة أنواع:

الحجامة الجافة :

ونستخدمها دائماً لمرضى السكر، ولأن مرضى السكر يعانون من كثير من المضاعفات لأن أي مريض سكر يعتريه فترة من عدم الانتظام ويحدث عنده تنميل في الرجلين، كما يحدث قرص في الرجلين ويطلقون على ذلك التهاب في الأعصاب الطرفية. ونعني بالحجامة الجافة وضع كاسات على المواضع المحددة، ثم نقوم بشفط الهواء وذلك بتقنين علمي ثم لا نقوم بتشريط هذه المواضع وذلك أن مرضى السكر نخشى عليهم عدم التئام الجروح كما أننا نخشى على قدم مريض السكر من أن يصاب بالغرغرينة.
وخاصة عندما يقل الإحساس في الأصابع، في الأطراف، فإن الحجامة هي أحسن علاج، وهي من الموسعات، فكانوا قديماً يعطون للمرضى موسعات طرفية، ويستخدمون بعض المواد التي تقلل من الإرشادات العصبية.
لكن وجود بما لا يدع مجالاً للشك أن الحجامة تعيد الإحساس إلى الأطراف، وبالتالي تقي مريض السكر أن يصاب في قدمه، ذلك المرض المخيف الذي إن لم يتم علاجه قد يؤدي إلى الغرغرينة، لأن المريض لا يحس، لأن الإحساس لا يصل إلى الليفة العصبية.

الحجامة بالتشريط:

وتوضع فيها الكاسات على المواضع المحددة ويسحبون الهواء بالجهاز المقنن لذلك نجد بعد ذلك زرقان شديد نتيجة تجمع الأخلاط في تلك المواضع، فنقوم بتشريط هذه المواضع، تشريط أقل من ورقة السيجارة.
على أنه لابد أن يكون هناك مشرط مخصص لكل مريض لا يستخدمه غيره لكي لا يحدث تلوث، وعقب نزول الدم يشعر المريض براحة شديدة، حيث يتم خلال هذه العملية إزالة الانسداد الموجود في هذه المنطقة حيث المواضع التي بها انسداد تزرق والمواضع التي ليس فيها انسداد لا تزرق.



صورة تبين كيفية الحجامة بالتشريط وذلك بوضع كأس الحجامة على المكان المحدد بعد شفط الهواء بواسطة إشعال عود ثقاب فيه قبل وضعه في المكان المحدد وذلك لتفريغ الهواء من الكأس ثم يوضع في المكان المحدد طبعاً هذه هي الطريقة التقليدية

الحجامة الانزلاقية :

وهذا النوع دائماً ما يكون في الحالات المصاب أصحابها بانزلاق غضروفي قد شمل جزءاً كبيراً من الظهر، وفيها يتم إحضار كأس واحدة ثم يُسحب منها الهواء عن طريق الجهاز الماص، بالقدر الملائم تبعاً للتقنين العلمي ويوضع على منطقة الظهر زيت الزيتون، وبذلك يمكن تحريك الكأس من مكان إلى مكان آخر، لأن زيت الزيتون يجعله ينزلق، ولذلك سموها انزلاقية.
وهذا يتم خلال الظهر كله إلى أن يظهر المكان الذي بحاجة إلى تشريط لكي نزيل منه الأخلاط.

عالم الحجامة شفاء ودواء

كما أنه احتجم رسول الله صلى الله عليه وسلم من شقيقة (الصداع النصفي) وإلى الآن لا يوجد للصداع النصفي في العالم كله، إنما هي مسكنات، ومن خلال حجامة واحدة ينتهي الصداع النصفي تماماً، صلى الله عليك يا معلم الناس الخير.
الحجامة ومرض الهيموفيليا
وقد كانت ملكة بريطانيا الأم مصابة بمرض الهيموفيليا وهي مرض النزيف، الذي من أعراضه حدوث نزيف شديد لا يستطيعون أن يوقفوه، ولما علموا أمر الحجامة أرسلوا إلى بعض المتخصصين في سوريا، الذين أجروا لها حجامة، وقد شفيت من مرض الهيموفيليا شفاءً تاماً.

الحجامة والصرع

وهناك عدد كبير جداً من الأمراض، على سبيل المثال الكهرباء الزائدة في المخ تتسبب في نوع من أنواع الصرع، والعلاج المستخدم لهذا المرض حالياً هو جرعات من الدباكين والتجراتون معايشةً، وفي حالة عدم تناول هذه الجرعات يحدث للإنسان المصاب نوبة صرع، لكن بالحجامة نستطيع إزالة المرض تماماً.
والحجامة تعد علاجاً من أمراض كثيرة فهي تشفي من الروماتيزم، وتحسن حالات الروماتويد وتتدخل في مسألة الربو، وتؤخر وجود النوبات الربوية وتخفف من حدتها، كما أن لها علاقة بآلام الظهر والرقبة.
وهي علاج أيضاً لدوالي الساقين الذي يصاب به كثير من الناس، نتيجة كثرة الوقوف على الأقدام، فيحدث لهم تصلب في الدوالي.

يعقبه إحساس بحرقان في الرجلين، وسبب هذا الحرقان ترسب الأحماض الناتجة من التمثيل الغذائي وتركزها في الدم في مناطق الدوالي، حيث أن هذه الأحماض لا تصعد إلى الدورة الوريدية لكي تُنقى وترجع تامة مرة أخرى، وبالتالي يحدث الحرقان في الرجلين.

والعلاج في الإسلام بالصلاة، فالسجود يقلل من الضغط على الدوالي فينخفض من 126 سم زئبق في السجود الأول إلى 17سم زئبق وفي القيام من السجود(الجلسة بين السجدتين)ويصل إلى 11سم زئبق، وتتم بذلك تصفية الدم في هذه الشرايين.

والطريف أنهم أخبروا مريض الدوالي بهذا العلاج وقالوا له : ضع على قدمك ماء ثم اجلس كأنك قاعد من السجود وأصبح هذا علاجاً لدوالي الساقين، وقد وجدوا أن بالحجامة يمكن التخلص من هذا الداء حيث قلنا أنه نوع من أنواع الانسداد، وبالتالي تصرف الحجامة هذا الانسداد.

الحجامة والسمنة:

والحجامة أيضاً لها علاقة بالسمنة، لأنها من الممكن أن تذهب للنقاط المسئولة عن حالات الشبع وعندما يتم عمل الحجامة في المناطق المسؤلة عن الشبع وجد أن الإنسان يصل إلى الشبع مبكراً، وقد وجدوا أيضاً أن الحجامة تشفي من أمراض المعدة والقولون وكثير من الأمراض الجلدية.. الخ.

الحجامة والناسور

والحجامة تشفي أيضاً من الناسور وغيره، وهناك حالات عديدة نجحت فيها الحجامة نجاحاً كبيراً، وقد فشل الطب الحديث في علاجها، على سبيل المثال ذكر لي رجل أنه سافر إلى بلد أجنبي ليعمل عملية ثم رجع إلى مصر وقد يئس من الشفاء، ثم ذهب إلى أحد الحجامين المتخصصين، وكتب له الشفاء تماماً.

وقلنا إن السنة نبهت على الحجامة في مواضع عديدة مثل الكاهل والأخدعين ونقرة القفا، كما احتجم النبي صلى الله عليه وسلم في سم وضع له في شاة، وضعته امرأة يهودية، وكان قد تناول سبع تمرات في ذلك اليوم فلم يصبه سم داخلي، وإنما ذهب إلى بعض المواضع وقد كشفها الله له بنور النبوة ـ وكان كل سنة في موعد أكل هذه الأكلة يحتجم في هذا الموضع، ويقول صلى الله عليه وسلم : " إنه موعد قطع أبهري من أكلة خيبر " .

والأبهر هو الشريان الأساسي الصاعد للمخ أو من القلب للمخ أو من القلب للكبد للمخ، وبانقطاع الأبهر يموت الإنسان.

ولذلك كان يحتجم الرسول صلى الله عليه وسلم كل عام من أكلة خيبر، وما شكا أحد برسول الله أي مرض إلا وأمره بالحجامة وحدد له مواضعها.

وضوء النبي صلى الله عليه وسلم ومناطق الطاقة

ومن الطريف أن المتأمل في وضوء النبي صلى الله عليه وسلم حيث التدليك، وتخليل الأصابع، فيخلل أصابع الشمال باليمين وأصابع اليمين بالشمال ويضغط بين الأصابع، ثم المضمضة والاستنشاق وقوله : " إن الشيطان يبيت على خياشيم أحدكم" .

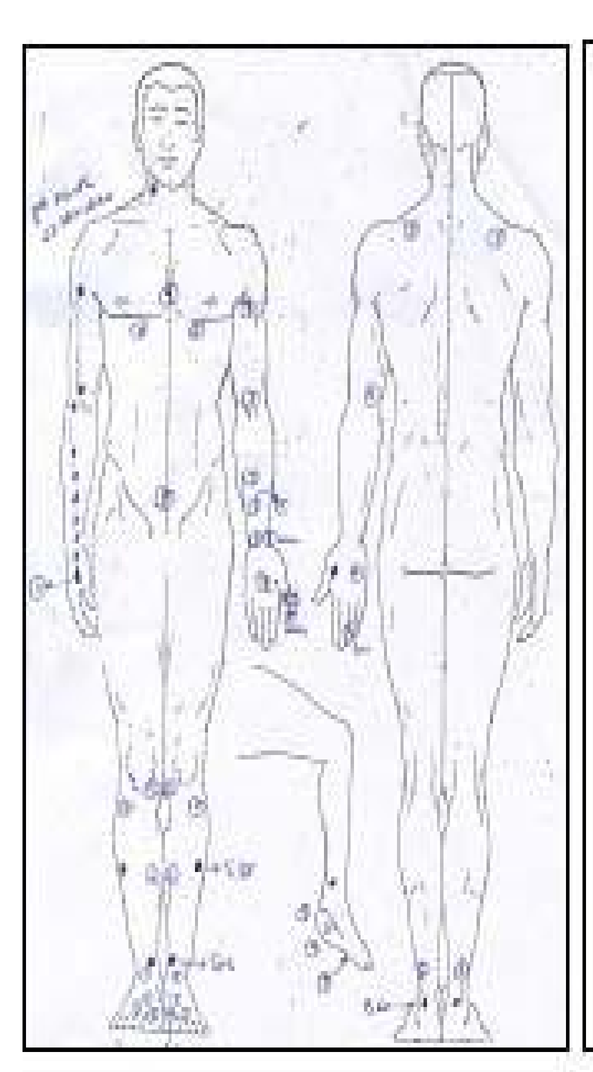
ولذلك أمرنا بالاستنشاق والاستنثار، ويروى أنه إذا غسل وجهه كان يدلك بين العينين ـ وهاتان النقطتان تسميان العين الصنبورية ـ ويصل بيديه إلى شحمة الأذن وأسفل الخدين، ويكرر ذلك 3 مرات، ثم يغسل يديه إلى المرفقين وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يلف يديه عند عظمتي المرفقين ويضغط عليهما.

كل هذه المواضع هي نقاط الطاقة التي تبعث الطاقة في الجسم، والصينيون يقولون: إن كل مراكز الأعصاب لها نقاط في الأذنين ولذلك كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يدلك الأذن من الخارج ثم من الداخل وعند مسحه لرأسه يأتي عند الأخدعين ويضغط فإذا أحس أحدنا بتعب شديد يأتي وراء أذنيه، بكلوة يديه ويمر

بهما على أذنيه ويدلكهما تدليكاً شديداً بعض الشيء، فيشعر أنه أعيدت إليه الطاقة مهما كان متعباً.

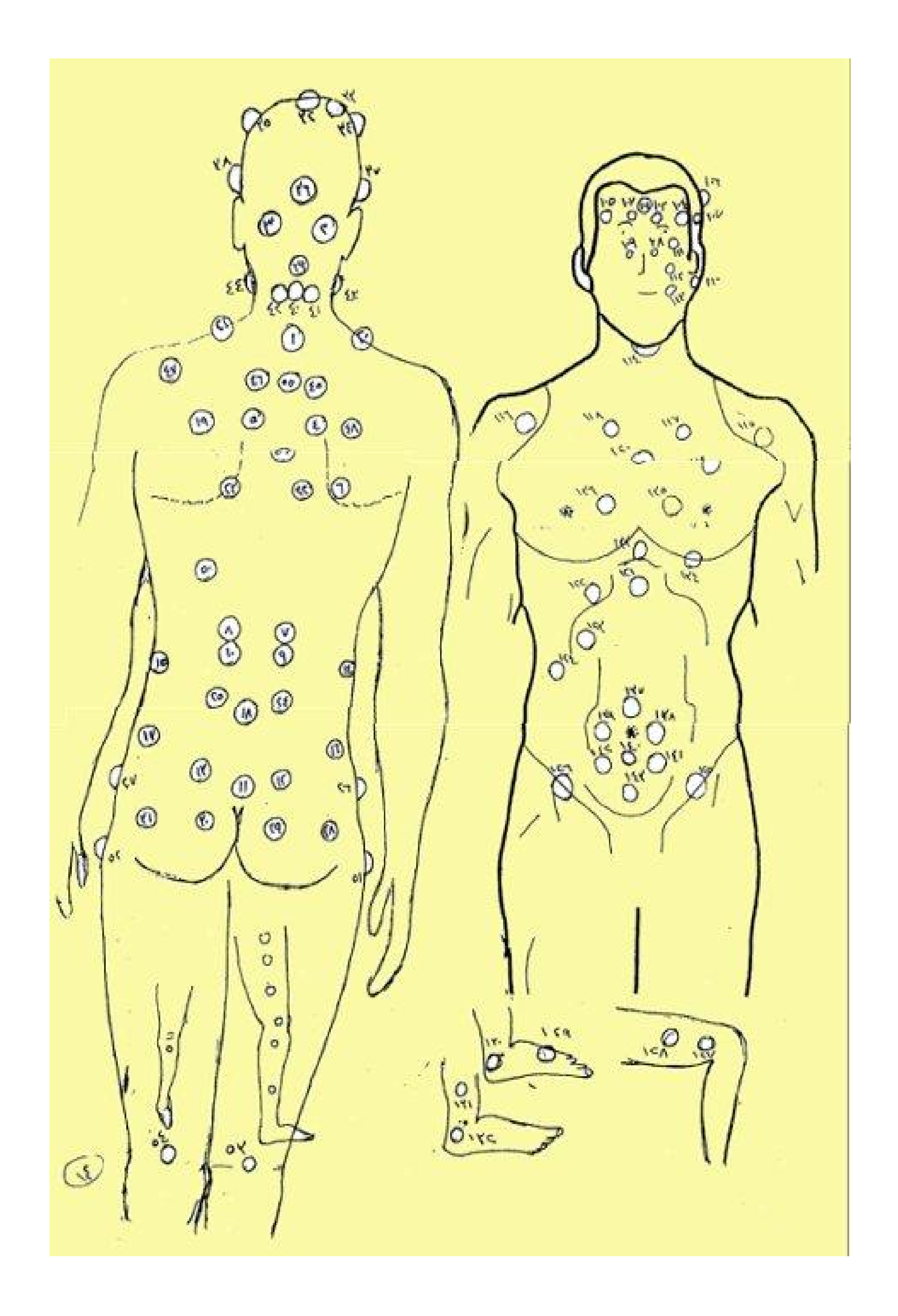
ورسول الله صلى الله عليه وسلم كان بعد هذا يغسل قدميه إلى الكعبين ويبدأ المسح على ظاهر القدم، ثم يدلك بأصبعه الخنصر بين أصابع قدميه، وهذه المواضع هي التي منها مناطق الطاقة والنقاط العصبية وهكذا كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يعلمنا كيف نشحن جسمنا خمس مرات كل يوم.

وفي الحديث :" إذا توضأ العبد خرجت ذنوبه من بين عينيه، ومن بين أذنيه، ومن بين يديه، ومن بين رجليه، فإذا قعد قعد مغفوراً له" صلى الله عليك وسلم يا سيدي يا رسول الله وجزاك الله عنا بخير ما جزي نبياً عن أمته.



*طول فترة الحمل
1 الشهر الأول
2 الشهر الثاني
3 الشهر الثالث
4 الشهر الرابع
5 الشهر الخامس
6 الشهر السادس
7 الشهر السابع
8 الشهر الثامن
9 الشهر التاسع
ملاحظة:الموضع المحظور الحجامة عليه يعني منع الحجامة على النصف الأخر من الجسم أيضاً (يعني الموضع على اليد اليمنى مع نفس الموضع على اليد اليسرى وهكذا) ويحظر الاحتجام على منطقة الحوض من الأمام والعجز من الخلف للحامل خلال الشهور الثلاثة الأولى.

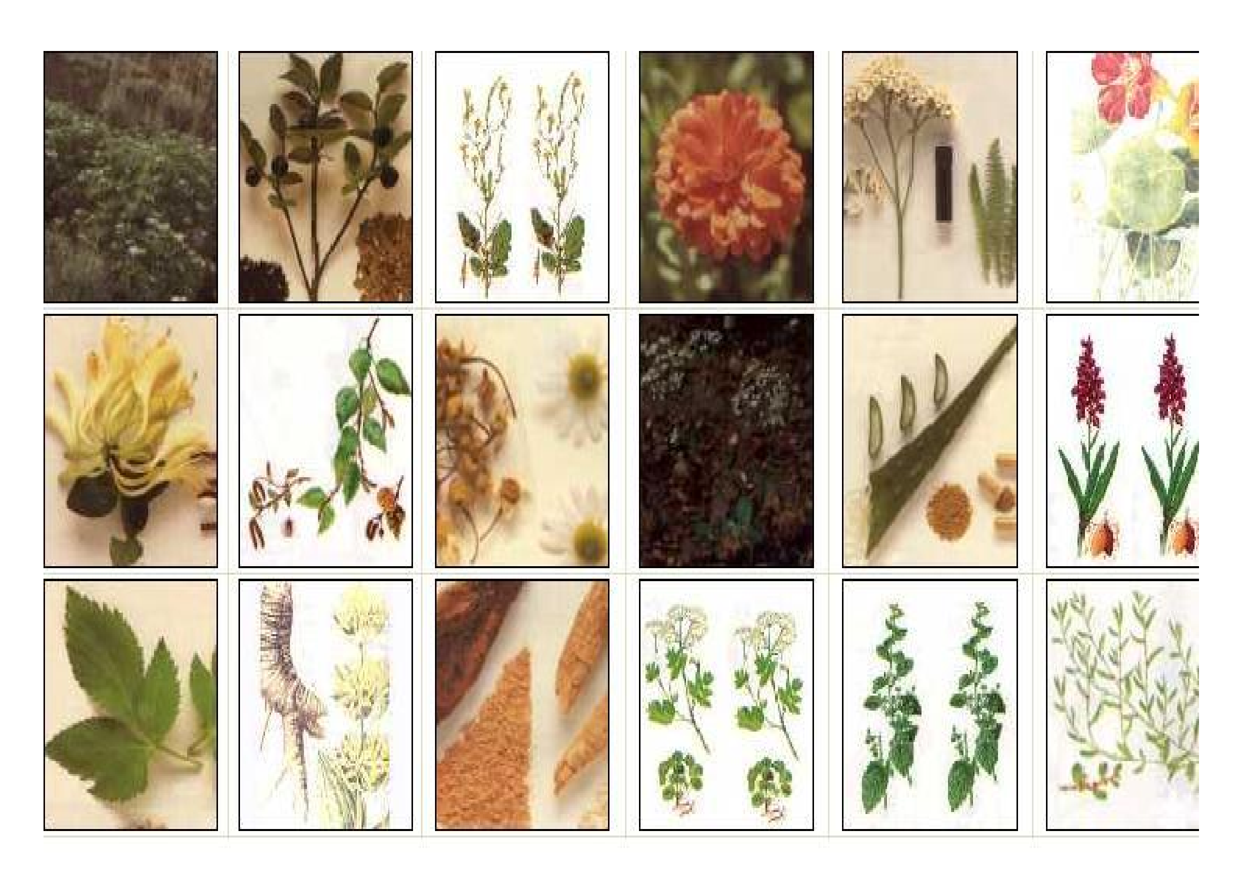
المواضع التي يحظر الاحتجام عليها أثناء فترة الحمل



مواضع الحجامة في الجسم

العلاج بالأعشاب والنباتات الطبية

الأعشاب وبصفة عامة نبت رباني هدى الله سبحانه وتعالى البشر إلى أخذ ما ينفعهم منه وترك مالا ينفع وللأعشاب مثل غيرها أشكال وأصناف وألوان مختلفة كما يختلف أيضا مذاقها ولها من الكتب مالا يعد ولا يحصى ومنها ما يستخدم على طبيعته ومنها ما يستخدم مع غيره ومنها ما تستخدم أو سيقانه أو جذوره أو ورقه أو جميعهم معا وليست جميعها تستخدم في العلاج فمثلما فيها المفيد ففيها أيضا القاتل ولها مسميات عديدة ذكر ما ذكر منها في تذكرة داود أو كتب ابن سينا أو ابن البيطار أو الرازي وغيرهم كثيرون وكما أثمرت علينا الطبيعة الربانية بالكثير منها نجد أن هناك من الأحاديث الشريفة ما يفيد استخدامها عن وصف سيد العالمين صلى الله عليه وسلم في الحديث الشريف عليكم بأربع فإن فيهن شفاء من كل داء إلا السام(الموت) السنا والسنوت والثفاء والحبة السوداء رواه عبد الله بن حبيب الأندلسي في كتاب الطب النبوي وقال سبحانه وتعالى في كتابه الكريم ءأنتم تزرعونه أم نحن الزارعون صدق الحق سبحانه ما نملك من شيء إلا بأمره عز وجل الشافي



نبذه عن الأعشاب

الطب الشعبي هو جزء من المعتقدات الشعبية وهو يتميز عن بقية المعتقدات بارتباطه بالصحة والمرض ويتعامل به الكثيرون حتى الآن لمواجهة مشكلاتهم الصحية في ضوء الخبرات والتجارب العديدة المستمدة من البيئة .إذا أن صلة الإنسان العريقة بالطبيعة هي علاقة خالدة ففي غابر الأزمان استخدم الإنسان أوراق الشجر وجلود الحيوانات كساء يقيه من غوائل البرد .. وعاديات الحر . واتخذ من الفاكهة غذاء يقيه

شر الجوع .. واستمد من الينابيع الماء ليطفئ نار الظمأ وآوى إلى أسقف من أغصان الشجر .. واستخدم ألواناً شتى من الأعشاب والنباتات للتداوي من الأمراض.

وإن كان مرتبطاً ببعض الممارسات من الشعوذة وبدعة تقديم القرابين للآلهة ووضع ركائز مهمة في التداوي وكيفية العلاج وازدهر الطب العربي بعد مجيء الرسول عليه الصلاة والسلام الذي أمر بالتداوي وطلب العلاج بقوله" تداووا فإن الله عز وجل لم يضع داءً إلا وضع له شفاءً غير داء واحد ، قالوا ما هو ؟ قال :
الهرم " .

وهناك تعاليم وآداب الطب النبوي الذي اعتمد عليه الأطباء الأوائل في تسميتهم للأمراض وأساليب معالجتهم لها .

واليوم بعد قرون من هذا كله رغم التحسن في الخدمات الصحية وبرغم توافر المراكز العلاجية يعود الناس إلى رحاب الطبيعة التي كانت ولا تزال الصيدلية الأولى للإنسان بحثاً عن صحة أفضل رغم ما وصل إليه الطب وتصنيع الدواء الحديث من تقدم.. حيث يشهد العالم في الوقت الحاضر دعوة إلى الاهتمام بالأعشاب والنباتات الطبيعية واستخدامها في صناعة الأدوية وبدأت بعض الجامعات الأوروبية والأمريكية في العودة لطب الأعشاب وإقامة محطات تنمو فيها الأعشاب الطبية في ظروف متحكم فيها .

وباتت صيدليات بأكملها في أوروبا لا تبيع سوى الأعشاب والنباتات الطبية ، وخصوصاً للمرضى الذي أخفقت كل الوسائل الأخرى في علاجهم ، وبتوجيهات من صاحب السمو الشيخ زايد بن سلطان آل نهيان فقد تم مؤخراً افتتاح مركزاً لطب الأعشاب في أبو ظبي ، ويمكن إدراك شعبية هذا المركز رغم حداثة العهد به من خلال نظرة سريعة إلى الأعداد المتزايدة من المرضى المترددين عليه يوماً بعد يوم ، فلا يخفى على أحد أهمية الأعشاب والنباتات الطبية التي عرفت فوائدها جلياً منذ القدم دون أن تترك آثاراً جانبية على جسم الإنسان كما تفعله الكثير من الأدوية الكيميائية في الوقت الحاضر، ويرجع ذلك إلى أن المادة الفعالة في الأعشاب والنباتات الطبية يحدث بها نوع من التوازن إن صح القول، حيث أن المواد الفعالة في النباتات لا تقوم بمفردها بالعلاج ولكن توجد مركبات أخرى معها تجتمع فتخفف إيجابية هذا في سلبية ذاك ، وقد توجد هذه الخاصية في نبات أو عشب بمفرده أو بتركيب من أكثر من نبات أو عشب طبي ، بحيث لا تظهر له أي آثار جانبية وهذه الخاصية لا توجد في الأدوية المصنعة من المواد الكيمائية، حيث أنها تعمل على علاج عضو معين في حين تكون لها آثار ضارة على عضو آخر في الجسم ، وكثيراً ما طالعتنا الصحف بسحب العديد من أنواع الأدوية من التداول نظراً لما أظهرته من آثار جانبية، وتشير الدراسات إلى أن بيئة الجزيرة العربية تزخر بأصناف عديدة من الأعشاب والنباتات العلاجية ، وبعضها مستمد من أوراق الأعشاب وفروعها ، أو أوراق الشجر وفروعها ، وبعضها الآخر من البذور والثمار .

ويلقى الشيخ محمد بن أحمد بن الشيخ حسن الخزرجى الضوء على أهمية العلاج بالأعشاب فيقول : إن هناك أيدي خبيرة قد احترفت مهنة الطب الشعبي في بلدان الجزيرة ا لعربية وعلاج كثير من الأمراض ، كما كان للمرأة دور كبير في هذا المجال . ويذكر معاليه العديد ممن لهن الباع الطويل والتجارب التطبيقية ولا بأس بذكر أسمائهن:عائشة بنت علي بن دلهوك ، وعائشة بنت سعيد بن حلول ، وحمده بنت أحمد وغيرهن ، ممن نفعن المجتمع في علاج الجروح والقروح والأمراض بشتى أنواعها ، وبالأخص اللصة المعروفة بداء السرطان.

ومثلما يحدث بين أطباء العصر يتنافس الأطباء الشعبيون فيما بينهم على الشهرة وذيوع الصيت، فالشهرة لها بريقها، ومثل أطباء العصر أيضاً قد يتحكم في الأطباء الشعبيين غرور المهنة فيتدللون ويواربون أبوابهم.

وفي دراسة قيمة عن الطب الشعبي في الإمارات يكشف الأستاذ (إبراهيم بن سليمان الأنقر) في كتابه عن الطب الشعبي عن أساليب هذا النوع من العلاج الذي ساد مجتمع الإمارات ولا تزال هذه الأساليب إلى اليوم محتفظة بخصائصها ومميزاتها، كالفصد والحجامة والختان وتجبير الكسور والعلاج بالرقي والتعاويذ، ويشير

إلى أن البيئة المحلية لها تأثيرها الكبير على أساليب الطب الشعبي ومواده فالسدر والرمث والأشخر والتمر واللبن وغيرها كلها أدوية شعبية يعرف الطبيب الشعبي فوائدها والحالات المرضية التي تفيد فيها.
ومرة أخرى- ومن سبيل التحدث بنعمة الله- أقول إن الله سبحانه وتعالى قد من على الشرق العربي بمملكة نباتية ربما لا مثيل لها في العالم وبيئة تشكل تباينا يلائم جميع أنواع وفصائل النباتات، فامتداد الوطن العربي من حوض البحر الأبيض المعتدل المناخ إلى حدود جنوبية حارة المناخ (السودان) إلى حدود شمالية شرقية باردة المناخ يعتبر تكاملا فسيولوجيا طبيعيا لا يتوفر في كثير من دول العالم.
والآن أسوق، بعض الأمثلة من الأعشاب الطبية التي كانت منذ عشر إلى عشرين سنة ينظر إليها على أنها أعشاب برية لا قيمة لها وأثبتت الأبحاث احتواءها على عناصر علاجية هامة، تم تصنيعها وإنتاجها كمستحضرات علاجية في السوق الدوائي المحلي والعالمي.
(1) الدمسيسة Ambrosia maritima
وصفها ابن البيطار وصفا دقيقا وذكر أن مغلي هذا العشب يفيد في الآلام المعدية المصحوبة بالتقلص. وقد تمكنا في كلية الصيدلة بجامعة القاهرة وعلى مدى خمسة عشر عاما من فصل أكثر من أربعة مركبات، وتعرفنا على صفاتها الفيزيائية والكيميائية والتركيب الكيميائي وتأثيرها على أجهزة الجسم المختلفة وعلى الجرعة الفعالة، وتبين أن لها تأثيراً رخوياً على العضلات وهي الآن تستعمل في علاج المغص الكلوي وتم تصنيعها في أحد مصانع الأدوية في مصر (تستعمل على هيئة حبوب وشايات) .
(2)1لخلة:
(1) الخلة البلدي Ammi visnaga
ورد وصفها في كتب ابن سينا وابن البيطار وذكر كلاهما أن مرارتها شديدة ولها فائدة كبيرة في علاج المغص الشديد.
أثبت المرحوم أ. د. إبراهيم رجب فهمي وتلاميذه في كلية الصيدلة جامعة القاهرة (1942) احتواء ثمار هذا النبات على مركبات مرة تم فصلها والتعرف على تركيبها الكيميائي وأطلق على العنصر الفعال اسم خلين.
وأثبتت التجارب الإكلينيكية التي قام بها المرحوم أ. د. محمد قناوي وآخرون (1945) بكلية الطب أن هذا المركب يفيد في علاج الذبحة الصدرية والمغص الكلوي والربو وتم تصنيعه في إحدى شركات الأدوية في مصر ويستعمل كحقن وريدية في حالات المغص الكلوي الحاد، وعلى هيئة حبوب في علاج الذبحة الصدرية والربو الشعبي.
ومازال مركب الخلين ومشتقاته إلى الآن في أكثر من دولة من دول العالم الشرقي والغربي.
(ب) الخلة الشيطاني Ammi majus
ظل هذا الشعب زمنا طويلا مهملا كمصدر علاجي، وينظر إليه أو يعتبره علماء العقاقير جنسا من جنس نبات الخلة الذي ينمو بريا في كثير من المناطق في الوطن العربي.
ومنذ أكثر، من نصف قرن اهتم العالم إبراهيم رجب فهمي بما ورد في كتاب مفردات ابن البيطار عن هذا النبات وهو أن منقوعه في الليمون وزيت السمسم يفيد في علاج الأمراض الجلدية المصحوبة ببقع بيضاء (تبين بعد ذلك أن المرض المقصود بهذا الوصف هو مرض " البهاق Leucoderma وفي عام 1949 تمكن العالم المصري وتلاميذه من فصل عدة مركبات تابعة لمجموعة (الكومارين) أطلق على أهمها مركب أمويدين، وأميدين.
ثم أثبتت التجارب الإكلينيكية التي قام بها المرحوم أ. د. عبد العزيز الجمال ومن بعده أ. د. عبد المنعم المفتي (قسم الأمراض الجلدية بكلية الطب) أن المركبات المذكورة تعالج مرض البهاق بنجاح كبير.
وقد قام عالم بريطاني بدراسة ميكانيكية الفعالية لهذه المركبات mechanism of action، واستنتج أن مركب amoidin يتفاعل مع الأشعة فوق البنفسجية تفاعلا كيماضوئيا reaction photochemical بحيث ينتج منه مركب جديد ينتج عنه تكوين

المادة الملونة للجلد في المناطق المصابة واستعمل الباحثون في هذا البحث مركبات أمويدين مشع radioactive .
ويفسر هذا البحث ما أشار إليه ابن البيطار بضرورة تعريض الجزء المصاب بالبهاق إلى أشعة الشمس بعد دهانه بالمنقوع.
(3) 1لصبار: vera Aloe
ربما لا يخلو كتاب أو مرجع من المراجع العربية القديمة من وصف هذا النبات وأنه يفيد في أمراض الجلد والمعدة.
وقد أثبتت الأبحاث الحديثة في أكثر من جامعات مصر والعالم العربي أن العصارة التي بأوراق هذا النبات تحتوي على مركبات فينولية من مجموعة " الكينون " anthra quinones تفيد وتساعد على التئام قرح المعدة وقرح القرنية.
ولقد تم فصل هذه المركبات على هيئة نقية من عصارة الأوراق كما تم تصنيعها على هيئة مراهم للجلد والعين وحبوب تستعمل في علاج قرحة المعدة.
(4) 1لعرقسوس: Glycerhyza glabra
لقد عرف القدماء المصريون والرومان والعرب هذا النبات وورد وصفه في كثير من المراجع القديمة، وأن منقوعه المخمر يفيد في حالات القيء والتهيج المعدي.
وفي عام (1955- 1960) تم فصل مركب سيترويدي أطلق عليه اسم حمض الجلسرهيزيك glycerrhysic acid من جذور نبات العرقسوس وقد تبين أن هذا الحمض يشبه في بنيته الكيميائية مركب الكورتيزون المعروف إلا أنه يتميز عنه بخلوه تماما من الآثار الجانبية المعروفة عند التداوي بالكورتيزون خصوصا لمدة طويلة.
ويستعمل الآن العرقسوس لتحضير مستحضرات صيدلية مختلفة تفيد في علاج قرحة المعدة، القيء الذي يصاحب الحمل، الحموضة المعدية، وقد أعطت هذه المستحضرات نتائج مشجعة جدا وتجرى الآن دراسات جدية لزراعة نبات العرقسوس وفصل حمض الجلسرهيزيك وتصنيعه دوائيا.
(5) حبة البركة Nigella sativa
ووصفها ابن البيطار والرازي وذكرا أنها تفيد في علاج بعض الأمراض الصدرية. تمكن المرحوم أ. د. زكريا فؤاد أحمد (1949) وتلاميذه في المركز القومي للبحوث من فصل مركب أطلق عليه اسم Nigellone من الزيت الدهني ببذور هذا النبات والذي يفيد في التهابات الرئة والربو ويستعمل على هيئة نقط.
(6) 1لحنة: Lausonia
وصفها القدماء المصريون والعرب وذكروا أن عجينتها المخمرة تفيد في علاج الأمراض الجلدية المزمنة، وتم أخيرا فصل أكثر من خمسة مركبات (1955- 1960) تبين أن لبعضها صفات المضادات الحيوية، وأنها تفيد في علاج مرض التينيا المعروف.
(7) نبات حلف البر Cymbopogon proximus
وهو نبات معمر ينمو في المناطق الجبلية وفي صحراء مصر وعلى شواطئ البحر الأحمر.
ويستعمله البدو في الصحراء على هيئة مغلى في أمراض الكلى والمسالك البولية وقد تم دراسة عناصره الفعاله في كان من كلية الطب، والمركز القومي للبحوث في مصر، وفصل منه مركب تربيني من مجموعة sesquiterpine (فصلت من الزيت العطري ، وأطلق عليها اسم proximol. وقد تم دراسة تأثير هذا المركب على الجسم وتبين أن له تأثيراً رخوياً على العضلات وخصوصا الحالب، مما جعله مفيدا في حالات المغص الكلوي وحصوة الكلى. ويتميز هذا المركب بأنه آمن وليس له تأثيرات جانبية في حدود الجرعة الطبية المعالجة حتى لو استمر العلاج مدة طويلة نسبيا.
وقد تم تصنيعه في إحدى شركات الأدوية المصرية.
وأود أن أؤكد أن ما أوردته من أمثلة لنباتات طبية تستعمل في علاج بعض الأمراض ليس على الأطلاق حصرا جامعا لما يمكن استعماله من هذه الأعشاب في مجال العلاج، وإنما هو على سبيل الاختيار من قائمة طويلة تزخر بها مراجع العقاقير النباتية والتي تم تصنيعها بالفعل. هذا بالإضافة إلى أن نجاح العلاج بهذه الأعشاب التي

سقتها على سبيل المثال
لا الحصر، يضع أمامنا سؤالا على جانب كبير من الأهمية وهو:
ما هو مستقبل العلاج بهذه الأعشاب ؟ والى أي مدى يجدر بعلماء العقاقير أن يولوا أبحاثهم شطر الكشف عن الصفات العلاجية لمحتويات هذه الأعشاب؟
إذ تبين وبصفة قاطعة أن كثيرا من هذه الأعشاب تحتوي على مركبات علاجية لم تكن معروفة وليس لها بديل في المركبات المركبة معمليا.. وثمة مميزة أخرى وعلى جانب كبير من الأهمية هي أن المركبات التي من أصل طبيعي تتميز بأنها آمنة وخالية في معظم الحالات من الآثار الجانبية.
وثمة هدف آخر يدعونا، بل ويملي علينا الاهتمام بدراسة هذه الأعشاب والتعرف على مكوناتها الفعالة هو أن كثيرا منها يمكن أن يفصل مركبات تعتبر خامات أولية تصلح أن تكون خطوة أولى في تحضير مركبات علاجية ذات أهمية طبية كبيرة، وبذلك نوفر الجهد والوقت مثل تحضير مركب الكورتيزون من السولاسيدين (المفصول من نبات السولانم) وتحضير الهرمونات الجنسية من المركبات الصابونية الموجودة في كثير من الأعشاب، وتحضير فيتامين "أ" من الدهيد السترال والسترونيلال citral and citronellal .
أخلص من هذا العرض السريع إلى أن الأعشاب الطبية تستحق اهتماما كبيرا من علماء الجيل الحالي وبصفة خاصة من دول العالم العربي ومن أجل ذلك أضع أمام حضراتكم التوصيات الآتية:
- إنشاء معهد متخصص للنباتات الطبية تكون أهدافه ما يلي:
(1) إجراء مسح شامل للنباتات الطبية التي تنمو في الوطن العربي.
(2) توصيف النباتات الطبية وحفظ نماذج منها للرجوع إليها وإنشاء معشبة خاصة لذلك.
(3) دراسة هذه النباتات عقاقيريا وأقرابازينيا ومعرفة منافعها واستعمالاتها الشعبية والعلاجية.
(4) جدولة ما يثبت فعاليته وأمنه وتوفيره ووضع ثوابت علمية لكل عقار بحيث يكون قاعدة أو نقطة بداية لدستور أدوية للنباتات الطبية.
(5) دراسة تصنيع العقاقير الناتجة من النباتات الطبية التي ثبتت فعاليتها.
(6) العمل على إيجاد قنوات علمية بين الهيئات العلمية المهتمة بدراسة النباتات الطبية لتبادل الخبرة والمعلومات.
ويتطلب هذا العمل أن يتضمن هذا المعهد فريق بحث على أعلى مستوى من الخبرة ويمكن أن يشمل الأقسام أو الشعب الآتية:
(1) قسم العقاقير وكيمياء النباتات الطبية.
(2) قسم الدراسات الزراعية للنباتات الطبية.
(3) قسم الأقراباذين (الأدوية).
(4) قسم الصيدلة الصناعية وتشمل التكنولوجيا الصيدلية وتطبيقاتها.
(5)قسم التسويق.
(6) مكتبة تضم أحدث المراجع والطرق المكتبية.
وختاما أكرر ما سبق أن قلته في مؤتمر النباتات الطبية الدولي في جنيف 1976 والذي نظمته منظمة الصحة العالمية.
وهو "لنتقدم إلى الأمام في الاتجاه الخلفي "... عودة إلى الأعشاب الطبية والمنتجات الطبيعية ففيها العلاج والأمن والاقتصاد الدوائي.
والله ولي التوفيق،،،

العلاج بحمية الطعام

قال تعالى: ((**وكلوا واشربوا ولا تسرفوا، إن الله لا يحب المسرفين**))
صدق الله العظيم

وقيل: **المعدة بيت الداء والحمية نصف الدواء**.

تعتبر الحمية الغدائية أو الريجيم من أنجع الطرق لمحاربة المرض و الحفاض على سلامة الجسم لأن المعدة هي وكر الأمراض فمن حافظ عليها بالتغدية الجيدة أعطته الصحة و العافية و الطاقة ومن أهملاها ردت عليه بالمرض والألام.
ومن أكثر ما يعانيه الإنسان في وقتنا الحاضر هي السمنة و التي تفتك بالألاف سنويا.

الدكتور أندرو ويل، المختص في علم التغذية، قال " ليس هناك طريقة سحرية لتخفيف الوزن، فالحميات سريعة التأثير سيزول مفعولها خلال مدة وجيزة".
واضاف يقول:" كما انني لا أعتقد أن اتباع حمية معينة سوف يمّكن الشخص من إنقاص وزنه بالفعل، لأن معظم الأشخاص يستعيدون ما خسروه من وزن بمجرد توقفهم عن اتباع تلك الحمية".
وبين الدكتور ويل ان الطريقة الأنجع في الحمية تكمن في العمل على تغيير نمط تناول الطعام على المدى الطويل، وزيادة النشاط الفيزيائي للجسم، والبحث عن طرق أفضل لمقاومة الإحساس بالجوع".

ما هي النصيحة الفاعلة للحمية؟

نصائح الدكتور ويل تبدأ من معرفة معدل ما تتناوله من سعرات حرارية يوميا، إذ يمكن تقدير ذلك من خلال حساب عدد السعرات الحرارية التي تتناولها يوميا، وعلى مدى أسبوع كامل. وهنا يمكن الاستعانة بعداد السعرات الحرارية والمعلومات الغذائية الموجودة على العبوات .
ومعروف انه مع كل 3500 سعر حراري تخسره خلال ممارسة الرياضة (أو عن طريق تخفيف الطعام)، تستطيع ان تخسر رطلا واحدا من وزنك.

ما هي السعرات الحرارية ؟ وكيف تحتسب؟

معظم البالغين يحتاجون إلى 2000 ? 3000 سعر حراري يوميا للحفاظ على وزنهم ، وكلما كان حجم الجسم صغيرا ، قلت الحاجة لكمية السعرات الحرارية اللازمة والعكس صحيح . بالإضافة الى انه كلما كان نشاطك الجسماني قليلا نقصت الحاجة للسعرات الحرارية.



الكربوهيدرات

تحتاج المرأة البالغة لتناول حوالي 225 ? 270 غرام من الكربوهيدرات، بينما يحتاج الرجال إلى 228 ? 345 غرام . ويجب الإقلال من تناول النشاء ، السكاكر ، الخبز الأبيض وغيره من الأطعمة المصنوعة من الطحين الأبيض.

الدسم

إن 30% فقط من إجمالي السعرات الحرارية الواردة إلى الجسم تأتي من الدسم ، وهذا يعادل حوالي 67 ? 100غرام. ولذلك يجب التقليل من الدسم المشبعة مثل الزبدة ، الكريمة ، اللحوم المدهنة، مع زيادة كمية الحموض الدسمة أوميغا3 ، والتي تأتي من الأسماك المدهنة (السلمون، السردين) الحبوب ، والجوز .

البروتينات

يجب أن يكون الوارد اليومي من البروتينات 50 - 100 غرام، ومن الممكن الاستعاضة عن البروتينات الحيوانية بالنباتية (البازيلاء والفول، فول الصويا

الألياف

الكمية التي ينصح بها هي 40 غرام يوميا من الألياف، ويمكن الحصول عليها عبر تناول الفواكه (خاصة التوت الأسود) ، الخضار (خاصة الفول) والحبوب الكاملة.

الماء

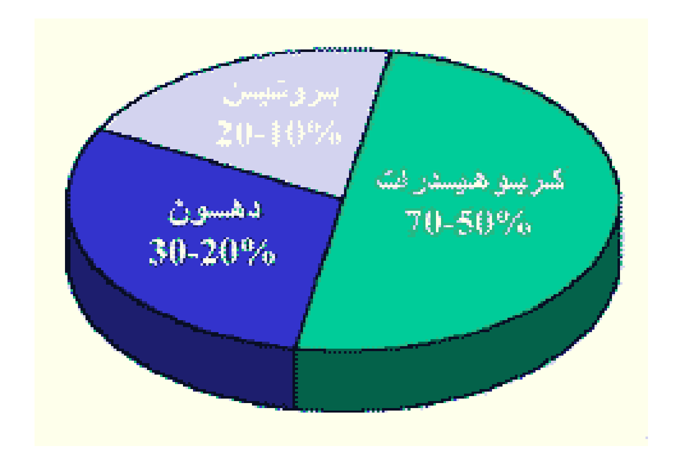
يجب تناول 6 - 8 كؤوس من الماء يوميا.

بالإضافة لما سبق ينصح الدكتور ويل بتناول أصناف متنوعة من الأطعمة، خاصة الفواكه والخضار الطازجة، مع الانتباه إلى الكمية، والتعرف إلى المعلومات الغذائية المدونة على عبوات الأطعمة، خاصة الأطعمة قليلة الدسم أو خالية الدسم ، إذ كثيرا ما تكون عالية السعرات الحرارية .

الخيارات الغذائية السليمة Good food choices

بصفة عامة يجب أن تشتمل الوجبات وبالذات الحمية (الريجيم) على جميع الأغذية ، فلا وجود لأغذية جيدة وأغذية سيئة. إلاّ أن بعض الأنواع يجب أن تؤكل بكميات أكبر في حين يجب أن يؤكل البعض الآخر بشكل مقتصد .

ما هي كميات الكربوهيدرات والبروتينات والدهون التي يجب أن أتناولها ؟
يجب أن تتكون الحمية الصحية من الكربوهيدرات والبروتينات والدهون بالنسب التالية :



ويساعدك هرم الأغذية ، أدناه ، على تحديد المقادير التقريبية من الأغذية التي ينبغي أن تتناولها. بشكل عام ، ولضبط وزنك وتحسين صحتك ، حاول تناول المزيد من الأغذية التي تقع في أسفل الهرم والقليل من تلك التي يقع في رأسه.
وبتناول تلك الأغذية بشكل مقتصد تتكون لديك حمية متوازنة بدون الكثير من السعرات الحرارية الزائدة .



استخدم المقادير المحددة لكل نوع من الطعام كي تكون نظامك اليومي للاكل .

كيفية اختيار وتجهيز الأطعمة

الخضار والفواكه

- تجنب دائما قلي الخضار. يمكن الاستغناء عن دلك بالغلي أو بالغلي البطيء أو على البخار وذلك للحفاظ على قيمتها الغذائية وإبعاد الدهون
- اصف الليمون أو الثوم أو الخل أو الخردل أو الكاتشب إلى الخضار بدل الزبدة وصلصة الكريما والمايونيز وقد تكون أشهى وأطيب
- جرب مزيج الخردل وخل البلسم في خلطة أو تتبيلة dressing السلطة بدل خلطة الزيت والكريما .

- ابتعد ما أمكن عن البطاطا المقلية واطبخ البطاطا المقطعة والمتبلة بالتوابل في مقلاة غير قابله للالتصاق .
- تجنب الأفوكادو وجوز الهند والزيتون لاحتوائها على كميات عالية من الدهن
- اكثر من التوابل والبهارات لإعطاء نكهة خاصة تغني عن الدهنيات
- يعد البلح خالي من الدهن تماما لكنه كثير السكر. إذ تعادل حبتان أو ثلاث منه حبه فواكه واحدة

مشتقات الحليب

- اشتر اللبنة والحليب واللبن الخالي من الدسم أو قليل الدسم
- استبدل كريما الطبخ المركز (35% دهنيات) باللبن الخالي من الدسم. يمكنك تكثيف الصلصة بإضافة رشة ص الطحين إلى اللبن
- تختلف كميه الدهن في الجبنة. فبينما تتركز في القشقوان والجبنة الصفراء بأنواعها ، تقل في الجبنة الطرية البيضاء مثل العكاوي والحلوم المخفف وغيرها
- بإمكانك استبدال القشطة بالمهلبية المحضرة ص حليب قليل الدسم أو مشتقاته

اللحوم والسمك والدجاج

- تجنب لحم الضأن (الغنم) واستبدله بالبقر والعجل لأنها قليلة الدهن وإذا أمكنك استبدلهما بالسمك والدجاج
- اختر اللحم قليل الدهن مثل الفيليه والفيليه الهشة
- انتزع جلد الدجاج واكثر من لحم الصدر
- اكثر من السمك المشوي أو المطبوخ بالحامض والتوابل واحذر المقلي منه
- تجنب التونة بالزيت واستبدله بالتونة بالماء
- من المستحب الابتعاد عن لحم الأعضاء مثل الطحال والكبد والنخاعات
- يحتوي المارتديلا والهوت دوغ على كميات عالية من الدهن. استبدله بصدر الديك الرومي (الحبش (

الحبوب والأرز والمكرونة والبقول

- مع المكرونة ابتعد عن صلصات الكريما والجبنة . يفضل تقديم صلصات البندورة والخضار
- حضر أطباق الأرز والحبوب والمكرونة بطريقة الغلي في الماء ، دون إضافة الزيت أو الزبدة على قدر أو طنجرة الطبخ
- احرص على اختيار الحبوب الكاملة ومشتقاتها

الحلويات

- ابتعد بقدر الإمكان عن الشوكولاته والكاتو والدوناتس (الكعك المحلى المقلي (
- إن الحلويات العربية كثيرة الدهن والسكر
- قم بتحضير المغلي دون إضافة اللوز أو الجوز أو جوز الهند ، وحضر المهلبية بالحليب القليل الدسم أو مشتقاته
- اختر الهلام (الجلي jello (الخالي من السكر والدسم
- حضر القطايف بدون قلي واحشوها بطريقة خفيفة
- السوربت sorbet هي بديل عن البوظة الأيسكريم . كما أن البوظة خفيفة الدسم متوفرة في الأسواق بأنواع كثيرة

الطبخ

- استعمل الطناجر (القدور) الغير قابلة للالتصاق لتفادي إضافة الزيت أو السمن
- استبدل الزيت والسمن والزبدة بزيت الطبخ الرشاش cooking oil spray
- تخلص من الدهن الذي يمكن رؤيته في اللحم والدجاج

- استعمل زلال بيضتين بدل البيضة الكاملة مع الصفار في طبختك
- اتبع طريقة الغلي والشواء والطبخ والقلي الخفيف مع التحريك السريع
- ضع غطاء من رقاقة الألمنيوم aluminum foil على اللحم أو الدجاج أو السمك أثناء طبخها في الفرن للاحتفاظ بعصيرها ونكهتها
- يمكنك تكثيف الصلصة أو الحساء (الشوربة) بإضافة قليل من الطحين أو بوريه البطاطا بدل الكريما
- أخفض كمية الزيت إلى النصف حتى لو تطلبت الوصفة الكمية الكاملة. فانك لا تلاحظ الفرق ، ولكن خصرك سريع التأثر
- أضف التوابل والبهارات إلى طبختك وخفف من الزيت والسمن والدهن

التسوق

- لا تذهب للتسوق خاوي المعدة
- اكتب قائمة بالأغراض والتزم بها أثناء تسوقك
- اكثر من شراء الفواكه والخضار ، والأرز ، وأنواع المكرونة المختلفة
- ابتعد عن الأقسام التي تعرض أطايب المأكولات ومغرياتها
- ابحث عن الخيارات الخالية من الدهن أو خفيفة الدسم
- اقرأ المعلومات والمحتويات الملصقة على الأطعمة وحاول اختيار الأطعمة التي لا يتجاوز الدهن فيها 30 %

الوجبات الخفيفة

- لا بد من الشعور بالجوع ما بين الوجبات. ومن الصعب مقاومة الوجبات السريعة والدسمة. لذلك قم بتجهيز اللائحة التالية كوجبات خفيفة :
    - الفوشار (البوب كورن) المحضر بطريقة خفيفة في المايكرويف
    - الفواكه المقطعة والمغمسة باللبن قليل الدسم
    - الخضار المقطعة والمغمسة بمزيج من النعناع واللبن
    - كعكة الأرز
    - اللبن المثلج بنكهات مختلفة خفيف الدسم

ابتعد قدر الإمكان عن المكسرات ورقائق البطاطا (شيبس chips) والشوكولاته .فهي لذيذة لكن غنية بالدهنيات

دعوات الغداء أو العشاء خارج البيت

- لا تخرج للعشاء على معدة خاوية. واحرص على تناول وجبه خفيفة قبل الخروج
- اكثر من مقبلات الخضار بدل الخبز والزبدة ورقائق البطاطا والمكسرات
- اطلب الصلصة والمتبلات منفصلة. بحيث يمكنك إضافة الكمية التى تريدها إلى طبقك باستعمال الشوكة
- ابدأ بتناول السلطه
- تجنب الأطعمة المقلية وتقيد بالمشوي منها
- استبدل البطاطا المقلية بالبطاطا المطبوخة أو المكرونة المغلية بالماء
- إن صحتك حقا عليك. فلا تلزم نفسك بالوجبة المعروضة أو الأكبر إذا كانت اقل كلفة وأكثر في السعرات الحرارية والدهنيات

((في الحركة صحة وبركة)).

فما من شك في أن أحد الأسباب الرئيسية للوفاة والعجز في العالم اليوم، هو حياة مَنْ يطلق عليه العرب منذ القديم اسم: ((القُعَدَة))، وهي الحياة الخالية من النشاط البدني. إذ تشير تقديرات منظمة الصحة العالمية، إلى أن مليوني وفاة تحدث في العالم سنوياً، نتيجة انعدام النشاط البدني. وهذا لعمري أخطر من السل، الذي يخترم قرابة مليون وسبعمئة ألف نفس في كل عام. أضف إلى ذلك،

أن اجتماع انعدام النشاط البدني مع النظام الغذائي الخاطئ والتدخين، هو السبب القاطع لغالبية حالات مرض القلب التاجي المبكرة؛ والعديد من أنواع السرطان؛ والسكَّري؛ وارتفاع ضغط الدم؛ واضطرابات شحوم الدم؛ وتخلخل العظام؛ والاكتئاب؛ والقلق.

وتشير التقديرات عامة، إلى أن أكثر من ستين بالمئة من سكان العالم لا يمارسون النشاط البدني الكافي الذي يعود عليهم بالفوائد الصحية، ولاسيَّما منهم الفتيات والنساء. ومن الواضح الجلي، أن معظم بلدان إقليم شرق المتوسط يتعرَّض لتغيُّرات سريعة في أنماط الحياة، والظروف الاجتماعية. ويمكن أن تُعزَى هذه التغيُّرات أصلاً، إلى ما أسفرت عنه التغيُّرات الاقتصادية والاجتماعية السريعة، التي شهدها العالم في الآونة الأخيرة، بما في ذلك التحضُّر السريع وعَوْلَمَة وسائل الإعلام والاقتصاد. على أن معدلات الوفيات والمراضة الناجمة عن الأمراض السارية، آخذة بالتناقص، بينما تتزايد معدلات مأمول الحياة يوماً بعد يوم. ويضاف إلى ذلك، من جهة أخرى، أن عادات الأكل كانت عرضة للتغيُّر والتبدُّل. ثم إن حياة القُعَدَة (أو انعدام الحركة البدنية)، قد أصبحت حتماً مقضياً في المدن بصورة أساسية. وكذلك فإن توافر فرص استعمال وسائل الإعلام ووسائل الاتصال، على هذا النحو المتزايد، قد أحدث تغييراً جذرياً في عادات العيش والتسلية، في جميع أنحاء العالم، بما في ذلك هذا الإقليم الذي نعيش فيه. وفوق كل ذلك، تعتبر معاقرة التبغ والمخدِّرات، من المشكلات الاجتماعية والصحية الرئيسية في العديد من بلدان الإقليم.

ويثير فرط الوزن والسِّمنة، قلقاً متزايداً في معظم بلدان الإقليم. وعلى الرغم من أن المعطيات التي تمثِّل الوضع الفعلي لهاتين العلَّتين لا تتوافر في كل البلدان، فإن المعلومات المتاحة في الوقت الحاضر، تؤكد أن أكثر من ثلاثين بالمئة من البالغين في معظم بلدان الإقليم يعانون ألواناً متفاوتة من فرط الوزن والسِّمنة. بل إن معدلات السِّمنة بين الإناث البالغات، تصل إلى قرابة أربعين بالمئة في بعض هذه البلدان. وإن من الأهمية بمكان، أن ندرك أن مشكلة السِّمنة وفرط الوزن ليست مشكلة مجتمعات الوفرة فحسب. فقد أثبتت الدراسات العلمية، أن البلدان التي لاتزال تعاني من ارتفاع معدلات انتشار سوء التغذية في هذا الإقليم، وتكافح جاهدة للتغلُّب على عبء الأمراض السارية، ليست بمنجاة من التعرض لوباء الأمراض غير السارية في المستقبل القريب. وما لم يتم التصدِّي لهذا العبء المزدوج على النحو المناسب الفعَّال، فإنه سينشر الخراب والدمار في هذه البلدان.

وثَمَّة أدلة ساطعة، على الربط بين حياة القُعَدَة والأمراض غير السارية، وبين الفقر، والعنف، وضيق الأماكن، وتلوُّث البيئة، وتضاؤل فرص الحصول على خدمات الرعاية الصحية، وضعف التعاون في ما بين مختلف القطاعات ومختلف الشركاء في العمل الصحي. على أن من المؤسف أيضاً، أن هناك نقصاً في الوعي، حول أهمية النشاط البدني، باعتباره إجراءً وقائياً تقتضيه أنماط الحياة الصحية. ثم إن هنالك ضعفاً واضحاً في الالتزام والدعم السياسي، بسبب عدم كفاية المعطيات اللازمة حول مستويات الأنشطة البدنية واتجاهاتها، ومحدِّداتها في المجتمعات المختلفة. أضف إلى ذلك أن حجم التعاون القائم في ما بين مختلف القطاعات المعنية، وفي بعض المجتمعات المحلية لا يفي بالغرض.

إن عملية الوقاية من الأمراض غير السارية ومكافحتها، إنما تبدأ من قبل أن يولد

الإنسان. ولذلك فينبغي أن ننظِّم جهودنا على أساس الدورة الحياتية، التي تبدأ

مع بداية الحمل ثم تنتقل إلى مرحلة الرضاعة وتغذية الطفل؛ ومن بعد ذلك التقدم في العمر حتى سن الشيخوخة، حيث يصبح الأكل الصحي، والحياة اليومية النشطة، من أهم مقوِّمات اجتياز جميع مراحل العمر، حتى سنواته المتقدمة، في صحة وعافية.

وخلافاً لما دأبت وسائل الإعلام العالمية على تصويره، على مدى العقود الماضية، لا يحتاج المرء إلى أن يكون رياضياً محترفاً، أو مدرِّباً متمرِّساً في الرياضة التنفسية aerobics، لكي يعتبر نشيطاً بدنياً. فثلاثون دقيقة من النشاط الجسمي المعتدل كالمشي، يومياً أو معظم أيام الأسبوع تحقِّق لصحتنا نفس القدر من الفائدة، دون عناء يذكر. وحتى أشد الناس انشغالاً بأمور الدنيا، يستطيع أن يضمِّن نظام حياته اليومي ثلاثين دقيقة من النشاط البدني.

إن الحياة التي وصفناها بحياة القُعَدَة، لا تقتصر على السلوك الفردي. فأماكن العيش المكتظة بالسكان، وتلوُّث البيئة، وعدم توافر المتنزهات وأرصفة المشاة المأمونة، وانعدام الأمن والأمان، وانتشار الجريمة، كلها أمور تُسهم في تكوين هذا النمط غير الصحي لحياة الإنسان. وكذلك فإن تكثيف أنشطة الوقاية وتعزيز الصحة، لم يكن من الأولويات على جداول أعمال المعنيين برسم السياسة الصحية. والتحدِّي المستقبلي المنتظر في هذا المجال، هو إدراك أهمية المبادرة إلى العمل الآن على أمل جني ثماره في المستقبل؛ والإقرار بأن الوقاية من الأمراض هي بمثابة تنافس شريف تستوي فيه الحكومات مع الأفراد. وعلى مختلف الشركاء من خارج القطاع الصحي، أن يحقِّقوا الترابط والانسجام، بين خططهم وأنشطتهم العملية. ويشمل ذلك كلاً من الحكومات المحلية، وقطاعات التعليم، والنقل والرياضة، والصناعة، والتجارة، والمجتمع المدني.

العلاج باليوجا

- **بحث الانسان منذ زمن بعيد وقبل تطور العلوم الطبية عن الشيء الذي يحقق له الهدوء النفسي والذي يحميه في الوقت نفسه من بعض الامراض الجسدية الاخرى إلى أن توصل لرياضة تتسم بالهدوء والراحة معا وهي رياضة اليوجا ، التي تمارس من خلال مجموعة من التمارين العقلية والأوضاع الجسمية ، بحيث تتناغم الحركة الجسمية مع التخيل العقلي مع طريقة التنفس ، حيث تعتبر اليوجا من أفضل الوسائل للهدوء النفسي والتخلص من التوتر ، كما أنها فعالة في مساعدة المرضى على تحمل متاعب الأمراض ، مثل الربو وآلام الظهر، بل والسرطان .**

وحتى بعد تطور العلوم الطبية بالشكل الذي نلمسه الآن ، نجد أن الدراسات العلمية تخرج علينا بالجديد يوميا بما يثبت كفاءة وفعالية تمارين اليوجا والعلاج بها سواء للامراض النفسية أو الجسدية وذلك بدون اللجوء للجراحات أو تعاطي الادوية والمهدئات .

أصل علم اليوجا

ويعد علم اليوجا منبثق من المعرفة الهندية القديمة (الفيدا) (VEDA)، أما كلمة يوجا فهي كلمة من اللغة السنسكريتية - لغة آسيا القديمة- وتعني الاتحاد بين الجسم والعقل والاتصال بالإله، أي لا تفرق بين جسم الإنسان وعقله بل تجعلهما وحدة واحدة.
وفلسفة اليوجا أنها تعرض مبادئ لها بصيرة نافذة في كل جوانب الحياة الروحية والعقلية والجسدية، وفيها الإنسان مركز لقوى متحركة وثابتة فكلما نما الجانب الثابت فيه زادت سيطرته على الجانب المتحرك.
ولا تتميز اليوجا بجانبها العملي بل ببنائها التعليمي فهي لا تمارس على انفراد وفق حركات يصطنعها الانسان متأملا وحيدا فلابد من الخضوع الى (الغورو) وهو الاستاذ الذي يلقن التابع الجديد دروس اليوجا تدريجيا بحيث يصل به الكمال في الحركة او في السكينة الشاملة حيث تتحرر الروح من لذات الدنيا .



وراحة نفسية .. هدوء .. وتأمل

أما (الغورو) أو الغوريين فهم حفظة اسرار الماضي وبواسطتهم وبتعليمهم لليوجا تضعف روح العدوان عن البشر حيث تقوم اليوجا بتهذيب النفس عبر تمريناتها الشاقة،فهؤلاء يؤكدون أن بهذه التمرينات يزداد حراس الخير والسلام في هذه الارض وتسود دعوة اللاعنف بين البشر.

لذا فممارسة اليوجا تساعد على تحقيق توازن طبيعي بين العقل والجسد والتي من خلالها تبرهن الصحة عن نفسها؛ فالصحة لا تعني فقط خلو الجسد من الأمراض؛ بل هي بالإضافة إلى ذلك صنع بيئة داخلية تسمح للفرد بالوصول لحالة التوازن الفعَّال للصحة .
وتمارس اليوجا منذ ما يزيد عن 5000 سنة بواسطة الملايين من الناس في جميع أنحاء العالم؛ بل وتُعتَبَر من أكثر الاتجاهات الصحية تطورا واستخداما في الوقت الحديث.

فلسفة العلاج باليوجا

وتعتمد فكرة اليوجا على العلاج الكلي المتكامل، حيث إن تمارين الجسم هي واحدة فقط من جوانب اليوجا، وتهتم جوانب اليوجا كلها بتدفق الطاقة في الجسم من خلال أساليب التحكم في التنفس والعقل. كما تساعد تمارين اليوجا على التخلص من الإحساس بالتوتر والتخلص من آثاره المزعجة ومضاعفاته العديدة؛ حيث ينصح خبراء الصحة العامة بممارسة تمارين اليوجا والتي تعتمد أساسا على التأمل والجلوس بوضعية ثابتة لوقت لا يقل عن نصف ساعة مع تثبيت النظر باتجاه واحد وخلال هذا الوقت يشعر المرء بأن الكثير من الشحنات قد تم تفريغها للخارج بدلا من أن تظل كامنة في الجسم محدثة العديد من الاضطرابات، وبالإضافة إلى ذلك يشعر المرء بأن جميع أعضاء جسمه قد نالت كفايتها من الاسترخاء الضروري لإعادة الحيوية للجسم الذي أنهكه التوتر والشعور بالوهن العام.

كما أن بعض أنواع اليوجا تركز على دور التنفس في الصحة الجسمية؛ حيث أثبتت نظريات الطب الحديث أن التنفس ليس مجرد توصيل الأكسجين إلى الدم، ولكنه أيضًا يؤثر على استخدام الإنسان لعضلاته وصدره وبطنه .



يمارسها الكثيرون .. والنتيجة مذهلة

اليوجا .. أشكال وأنواع

ولليوجا العديد من الانواع التي تناسب جميع الاشخاص بمختلف ميولهم ،والمهم أن يطور الانسان مهاراته في رياضة اليوجا بما يلائم قدراته الجسمية ، ومن انواعها الرئيسية هي:
أشانتاجا : وهي نوع سريع ويحتاج الى قوة بدنية، ويقترب من تمارين الرياضة الايقاعية التي تصاحبها الموسيقى عادة، وهي تناسب الأشخاص الذين يتمتعون

باللياقة البدنية والذين يريدون صقل عضلاتهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم .
إينجر : نوع أقل سرعة من السابق، ويركز عل التناغم الحركي للجسم وتنفيذ الحركات بدقة، ويفيد هذا النوع في تحسين اسلوب التنفس وقوة الاحتمال وزيادة طاقة الرئتين وتقوية القلب .
درو : هي نوع هادئ ويركز على الحالة النفسية وتمارين التأمل والتخيل والنظرة الايجابية للحياة، وهو مفيد خاصة لسلامة العضلات والمفاصل، ويساعد في تحقيق التناغم الداخلي لأعضاء الجسم، وابعاد المشاعر السلبية.
راجا : هذه الكلمة تعني الحاكم، وهي اسلوب قديم جداً، ويركز على التأمل وتعتمد حركاته وأوضاعه على تتابع حركي دقيق، كما تتضمن بعض الأساليب العلاجية .



مؤخرا يوجا الحوامل .. شكل جديد ظهر

المجالات الرئيسية لليوجا

وهناك خمس قواعد للسلوك في المحيط الخارجي للفرد الذي يتأثر دائما بأفكاره وأعماله وتسمى هذه القواعد ياما (YAMA)، وهي الصدق ،و اللاعنف ،وعدم تقبل ممتلكات الغير ،وعدم الطمع ،والعزوبية أي الحالة التي تتواجد فيها الحياة في الفرد دائما في اتجاه سامٍ، والمفهوم العلمي لهذه المجالات كالتالي

نياما (NIYAMA): وهي فضائل تتطور تلقائيًّا عند الوصول إلى حالة اليوجا وهي: النقاء والرضا والتقشف.
آسانا (ASANA): وهي الأوضاع والتمارين الجسدية التي تطور الجسم السليم للتمهيد للجلوس لفترات طويلة للتأمل.

براناياما (PRANAYAMA): أي مجال التنفس وقوة الحياة، فالإنسان قد يعيش أياما دون ماء أو طعام ولكن لا يستطيع البقاء أكثر من دقائق معدودة دون هواء إلا في مستويات وعي مرتفعة حين يصل إلى حالة اليوجا حيث يمكن إيقاف التنفس لوقت طويل وبشكل تلقائي.

براتياهارا (PRATYAHARA): أي انسحاب الحواس عن أغراضها ليتحرر الفكر من القيود الحسية والأنماط الاعتيادية للإدراك، وهذا يحدث في أول مرحلة من الغوص في أعماق الفكر.

دهارانا (DHARANA): وهي الانسحاب من تعددية وعشوائية الأفكار وتوحيد الانتباه إلى موضوع داخلي واحد.
ديانا (DHYANA): وهي تخفيف الاضطرابات الفكرية والوصول إلى مستويات أعمق

من منهج التفكير في اتجاه منبع الأفكار.

الصمادي (SAMADHI): وهي حالة اليوجا أي حالة توحد الوعي في حالة مطلقة تتميز باللامحدودية وقدرات فائقة .



استرخاء تام

اليوجا أمل جديد لمرضي السكري

وقد أثبتت الدراسات الطبية التي أجريت أخيرا في جامعة كولورادو الأمريكية أن رياضة اليوجا تساعد علي الإقلال من مخاطر مرض السكر,،وأن التزام المرضى بممارسة اليوجا خمس مرات وبشكل يومي قد مكنهم من تقليص عدد جرعات الأنسولين التي يحتاجونها.

بالاضافة أنها تقلل من فرص الإصابة بارتفاع ضغط الدم, كما أنها من الرياضات المفيدة للتركيز, ولتحقيق الليونة للجسم والنشاط للذهن.

نصائح لممارسي اليوجا

وينصح الخبراء بأن يتبع ممارس اليوجا بعض التعليمات الخاصة التي تزيد من فعالية التمرينات، وهي الاهتمام بالأشعة فوق البنفسجية من أشعة الشمس،
والأكسجين ،والطعام الطبيعي النقي ،والسوائل النقية مثل الماء وعصير الفواكه والمشروبات الطبيعية كالأعشاب.

وإذا كان الهندوس أو الفراعنة يمارسون هذه التمرينات بسهولة ، فالان يختلف الوضع تماما ، حيث يصعب الالتزام بتعليمات اليوجا ، فمن هذه التعليمات أن يتناول الانسان طعام نقي تماما وهو ما يصعب الحصول عليه نتيجة الملوثات التي توجد في الاطعمة ، كما تنصح اليوجا بالتعرض للهواء النقي وهو ما يندر الحصول عليه نظرا لارتفاع نسبة التلوث بصورة لم يشهدها العالم من قبل ، ونقيس على ذلك صعوبة تنفيذ بقية العوامل التي تساعد على ممارسة اليوجا مثل الهدوء والحصول على مياة نقية واكسجين نقي.

العلاج بالإبر الصينية

وهي الطريقة العلاجية المعتمدة على إدخال إبر ذات هيئة معينة في نقاط معينة على جسم المريض لمدة زمنية قصيرة في الجلسات العلاجية.

الأصل :

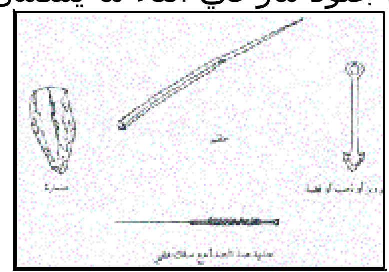
لا يعرف وقت بداية العلاج بالإبر بالتحديد الدقيق، إلا أن أول كتاب كتب في هذا الموضوع يعود إلى أيام **الإمبراطور** الأصفر هوانغ تاي الذي عاش في وقت الولايات الحربية في الصين في الفترة بين 475 و221 قبل الميلاد. في هذا الكتاب أمر الإمبراطور بعدم استعمال أي علاج عدا الإبر وأن يتم تدريسها وممارستها بحيث يصعب نسيانها أو العزف عنها مستقبلاً. وهناك كتاب آخر اسمه كتاب الجبال والبحار كتب قبل أكثر من 2.000 سنة يشير إلى وجود صخور تنفع في صنع الإبر. على أن هناك من يعتقد بأن أولى الكتابات في هذا الموضوع كانت قد بدأت قبل 4.500 سنة واستمرت لمدة 1.500 سنة بحيث كتب آخر فصل منها قبل 3.000 سنة.

وفي الحقيقة فإن تاريخ العلاج بالإبر هو تاريخ تطور الإبر نفسها. ويبدو أن الإبر المصنوعة من الأحجار كانت هي الإبر المستعملة في هذا العلاج. بعد ذلك استعمل الخزف والعظام والخشب لعملها. وعندما تطورت الحرفة المعدنية تم عمل الإبر من المعادن. وشيئا فشيئا أصبحت الإبر البرونزية بديلة عن الإبر الخزفية وذلك في أيام مملكة شانغ في 1558 قبل الميلاد أي قبل 3.500 سنة ، ثم صنعت الإبر الحديدية والفضية والذهبية.

وقد تطور العلاج بالإبر في الصين بسرعة حيث كتبت كتب تحدد قنوات الطاقة ونقاط إدخال الإبر، إلى أن تم تحديد 657 نقطة علاج. بعدها أمر الإمبراطور واي تي وانغ بعمل تمثالين من البرونز بحجم الإنسان الطبيعي وتوضيح إدخال الإبر ومسارات الطاقة عليها ثم صنعت تماثيل أصغر حجما لاستعمالها في التدريس والامتحانات.

وتوسعت طريقة المعالجة هذه على عهد عائلة منغ من 1368 إلى 1644 م، إلا 1911م إلا أنها بدأت بالتراجع لأسباب سياسية مختلفة حيث حاول الحكام من عائلة تشنغ من 1644 إلى 1911 م أن يمنعوها إلا أنها لم تختف نهائياً. وفي هذه الفترة وصل العلاج بالإبر إلى أوروبا، أولا إلى ألمانيا في القرن السابع عشر ثم إلى فرنسا في منتصف القرن التاسع عشر. وفي عام 1929م منعت الحكومة الصينية الطب الشعبي ولكنها فشلت في القضاء عليه كلياً.

ولكن بعد انتصار جيش ماوتسي تونغ عاد العلاج بالإبر إلى موقع متقدم هناك بعد أن لعب دوراً هاماً في علاج جنود ماو في أثناء ما يسمى بالمسيرة الطويلة.



أما في اليابان فقد كان العلاج بالإبر منتشراً بشكل واسع في حدود 1605م ولكنه منع لأجل نشر الطب المتداول (الغربي) في نهاية القرن التاسع عشر. إلا أنه الآن يسير بشكل متوازن مع الطب المتداول.

الطريقة العلاجية :

التشخيص بالنبض :

أعطيناك فكرة موجزة عن الين و اليانغ في فصل المعالجة ص بالأعشاب. ولن أعيد ما ذكرت، إلا أن ملخصها هو وجود مسارين للطاقة في جسم الإنسان أحدهما هو الين والآخر هو اليانغ وذلك في مفهوم عام عن الطاقة يسمى تشـاي (CH'i) أو قوة الحياة أو القوة الحيوية (أنظر الهوميوباثي). ويوجد هذان المفهومان في كل لشيء في الكون، كالحار والبارد، والليل والنهار، والموت والحياة، والتمدد والتقلص . . . الخ، والين و اليانغ متكاملان على الرغم من كونهما متعارضين، ولأجل بقاء الإنسان في حالة صحية جيدة يجب بقاء الين و اليانغ في حالة توازن.

وقد وجد الصينيون إن هذه القوة الحيوية (الين و اليانغ) تدور في الجسم في مسارات تشابه الدم و اللمف والأعصاب، وسموها خطوط المريديان (MERIDIANS) والتي معناها الحرفي خطوط الزوال أو خطوط الطول والعرض. ويمكن رصد هذه المسارات الآن بالطرق الإلكترونية ووسائل أخرى، وإن غيابها يعني الموت.

وهناك 26 دائرة رئيسة من خطوط المريديان، وكل واحدة مقترنة بوظيفة أو عضو من وظائف وأعضاء الجسم. ويمكن تقييم وضع هذه المسارات بواسطة النبضين الذين يتم الإحساس بهما في منطقة الرسغ، أي قريبا من نبض القلب الذي يفحصه الطبيب الاعتيادي ولكنه شيء مختلف كلياً عنه كما سمعت. ويمكن تقييم وضع الجسم الصحي بهذه الطريقة حتى قبل أن تبدأ الأعراض بالظهور وبهذا فالطبيب الصيني يستطيع أن يعرف بأن صحة المريض تتدهور و بذا ينصح المريض قبل أن تظهر المشكلة وتتعقد. ولهذا السبب، كما يبدو، كان الطبيب الصيني يتقاض أجراً عندما يكون الإنسان متمتعاً بصحة جيدة، فإذا ما مرض يتوقف عن الدفع إلى أن يستطيع الطبيب أن يعافيه من المرض ! !. ويبق الجسم الين و اليانغ في توازنهما المطلوب بطرد الطاقة الفائضة خلال سطح الجسم عند نقاط معينة على خطوط المريديان وتحويلها إلى المناطق التي تفتقد إليها. وهناك 800 نقطة من هذه، إلا أن نقاطاً جديدة يتم اكتشافها باستمرار.

وبالطبع عندما يفحص الطبيب الصيني (ونعني هنا كل طبيب يسير حسب الطريقة الصينية في العلاج بغض النظر عن جنسيته الحقيقة) نبض المريض يكون قد أخذ قبلها تاريخه المرضي وكل التفاصيل الأخرى. هذا وقد يكون قد طلب عينة من البول أو غيرها، كما يقوم بعدها بفحص المنطقة التي يشكو منها المريض وأي منطقة يرى أهمية لفحصها يدوياً أو بطرق أخرى.

العلاج بالإبر :

لا يستعمل الطبيب عادة أكثر من ست نقاط للإبر، وإن معظم نقاط العلاج تكون في أماكن لا تؤذي في جسم الإنسان. والإبرة التي تستعمل عادة هي بطول 5سم، نصفها هو الجزء الذي يدخل بعضه في الجسم أما النصف الآخر فلكي يمسك بها الطبيب، ويصنع الجزء الداخل في الجسم من حديد مرن ويكون الرأس مدبباً تماماً. أما المقبض الذي يمسكه الطبيب فغالباً ما يكون مصنعاً من سلك فضي ملفوف لكي يمكن الطبيب من تحريك الإبرة بسهولة.

وفي بعض الحالات توضع كرة صغيرة من أعشاب معينة على رأس الإبرة بعد إدخالها، ثم تشعل لإرسال حرارتها إلى نقطة المعالجة لزيادة التحفيز. ويسمى هذا النوع من العلاج الكي بالميسم (MOXIBUSTION). وليس هناك ما يؤكد وجود خواص علاجية لهذا العشب وهو الشويلاء أو الأرتميسيا، إلا أن أطباء المعالجة بالإبر التقليديين يعتقدون بعدم إمكانية استعمال أي شيء آخر، في حين تعتبر النظرة الحديثة أن كل مصدر حراري هو مناسب لهذه العملية.

وفي بعض أنواع المعالجة، والتي تجد رواجاً الآن، يتم إدخال الإبرة إلى أعمق من الجلد وصولا إلى النسيج الذي يغطي العظم، وهي طريقة لا تؤلم إطلاقاً. وهي تستعمل في الحالات المزمنة، ولها فائدة إدخال عدد أقل من الإبر في آن واحد.

وتستعمل أنواع أخرى من الإبر، بعضها أطول والبعض الآخر أصغر. ويستعمل النوع الطويل لمعالجة الأنسجة العميقة وقد يستعمل بشكل مواز للجلد لتحفيز عدة نقاط تقع على خط واحد في نفس الوقت. وهناك الإبرة القصيرة ذات الرأس المثلث وهي تدخل بحركة معينة لإخراج نقطة من الدم لبعض أنواع إلى العلاج. وهناك الإبر الصغيرة جداً التي لا يزيد طولها عن 9 ملم والتي تدخل في طبقات الجلد السطحية وتثبت بشريط لاصق وتترك لأيام أو أسابيع لتحفيز طويل الأثر. وعادة تنظف المنطقة التي ستدخل فيها الإبرة بالكحول، ثم تدلك برفق بالأصابع لتقليل ألم إدخال الإبرة. ثم تدخل الإبرة بسرعة وتترك لمدة 15 إلى 20 دقيقة ثم ترفع. توضع عدة إبر في آن واحد على النقاط التي يرى الطبيب أنها المناسبة لتحفيز القوة الحيوية. وهناك طريقة أخرى وهي إدخال إبرة واحدة فقط ثم إخراجها وإدخالها في نقطة أخرى ثم إخراجها وإدخالها في نقطة ثالثة وهكذا. كما تحرك الإبرة بعد إدخالها بطرق معينة. منها إدارتها في مكانها بحركة دائرية، ومنها تحريك ظفر الإصبع على الجزء من الإبرة الذي يبقى خارج الجسم وهذا يؤدي إلى اهتزاز بسبب كون هذا الجزء سلكا ملفوفا.

التحفيز الكهربائي :

غالباً ما يستعمل التيار الكهربائي لتخفيف الألم المزمن حيث يوصل سلك الدائرة الكهربائية بطرف الإبرة لينقل التيار الكهربائي إلى نقطة العلاج، وهذا هو التحفيز العصبي الكهربائي تحت الجلد. وقد يسبق ذلك إمرار جهاز خاص على الجسم يستطيع معرفة النقاط التي يجب أن تعالج وهي التي تعطي مقاومة كهربائية أقل من غيرها. ويمكن بعدها أن يعطى المريض جهازاً مماثلاً يعطي تياراً كهربائياً مناسباً يمكن إمراره من خلال قطع مطاطية أو ورقية خاصة وذلك لتحقيق نفس الغرض. وهناك استعمالات أخرى للكهرباء مع الإبر الصينية لا مجال للتوسع في ذكرها.

التخدير بالإبر :

يستعمل التخدير العادي في الغرب وفي بلادنا التي تأخذ بالطب الغربي لفعالية وأمان وتوفر هذا التخدير. إلا أن الحال يختلف في بلدان أخرى خصوصا في الشرق. فمنذ عام 1958م تم إجراء ما يزيد عن 1.000.000 عملية ناجحة في الصين باستعمال التخدير بالإبر.

والتخدير بالإبر أقل نجاحا في العمليات التي تحتاج إلى ارتجاج العضلات كما في عمليات البطن، إلا أنه ناجح في الولادة القيصرية. وكذلك فإنه ناجح في عمليات الرقبة والصدر والعظام.

ولعل أهم مجال للتخدير بالإبر هو في حالة المرض الذين لا يجوز استعمال المخدر العادي معهم كما في كبيري السن والمصابين ببعض الأمراض بحيث يشكل استعمال المخدر العادي خطورة على حياتهم.

وسائل أخرى :

هناك طرق أخرى تهدف إلى تحقيق ذات التحفيز منها :

1- إدخال خيط صغير في الجلد وتثبيته في مكانه بعقده. وهذا يؤدي إلى التهاب مستمر وبالتالي تحفيز عصبي، وهو ما يمكن زيادته بأن يقوم المريض بجر طرف الخيط بين الحين والآخر. وهذا مستعمل عند معالجة الإدمان على المخدرات والتدخين والأكل بشراهة.

2- حقن الماء أو محلول ملحي مركز لتحقيق التحفيز على أساس اختلاف تركيبها الملحي مع ذاك الذي لأنسجة الجسم.

3- التدليك بالضغط المستمر القوي على نقاط العلاج بالإبر لتحقيق التحفيز الذي تحققه الإبرة عند إدخالها في تلك النقطة . وهذا التحفيز قصير العمر ، إلا أنه نافع في الحالات البسيطة التي يمكن إزالتها بدون الذهاب إلى الطبيب ، وكذلك بعد العلاج بالإبر لإدامة التحفيز إذا ارتأى الطبيب ذلك فيقوم بتعليم المريض عن النقاط

التي يجب أن يضغط عليها. ولعل الكثير من النجاح الذي يصاحب التدليك الاعتيادي مرده إلى وجود نقاط العلاج بالإبر في المنطقة التي يتم تدليكها .
4- استعمال ما يسميه الصينيون إبرة زهرة الخوخ، وهي على شكل مطرقة خفيفة تصنع هذه الأيام من البلاستك برأسين من المسامير الصغيرة جداً. وتكون هذه متقاربة في أحد الرأسين بحيث تعالج عدة نقاط علاجية عند وخز الجلد بها، أما الرأس الآخر فمساميره متباعدة بحيث تسمح بتحفيز مناطق أكبر. وهذه الطريقة مفيدة جداً عند علاج الأطفال الذين يخافون الإبر.
5- العلاج الأُذُني، وهو علاج الحالات الحاصلة في أعضاء الجسم المختلفة بإدخال إبر في مناطق معينة من الأذن، فمثلاً، لعلاج الربو تدخل إبرة في نقطة معينة في شحمة الأذن. وهذه الطريقة مستندة على وجود نقاط معينة لها اتصال ما بأجهزة الجسم المختلفة بحيث لو حفزتها أمكن، علاج الحالة التي تبدو أعراضها على ذلك العضو، وهو ما يشابه طريقة الانعكاسات القدمية التي سنشرحها في الفصل القادم. ويرى بعض الأطباء أن الواجب محاولة علاج الحالة بالطريقة الاعتيادية أي استعمال نقاط الجسم كله وعدم اللجوء إلى الطريقة الأذنية إلا عندما تفشل تلك.
6- الكي، وهو وضع بعض الأعشاب في إناء على المنطقة التي يراد تحفيزها وإشعالها ، أو وضع رأس مخروط مملوء بالأعشاب على نقطة علاجية وإشعاله. وبما أن الطريقة الثانية تؤلم وتؤدي إلى ترك آثار دائمة توضع قطعة من الزنجبيل بين رأس المخروط والنقطة. وبعد مدة من وضع الأعشاب المحترقة لا يعود المريض يحتمل الحرارة فتبعد عنه، ثم تعاد من جديد، وهكذا لعدة مرات.

كيف تعمل الإبرة ؟

لقد شرح أطباء المعالجة بالإبر التقليديون، لقرون خلت، المعالجة بالإبر على أنها تغير من مستويات الطاقة في نظام للمسارات وهو نظام خطوط المريديان. وهذه الخطوط عبارة عن قنوات تربط النقاط العلاجية الخاصة بالأعضاء المختلفة. وقد قالوا بوجود اتصالات بين هذه القنوات المختلفة، فيصبح لدينا شبكة معقدة منها. ولقد حاول أخصائيو التشريح والمكروسكوب أن يعثروا على هذه القنوات الدقيقة ولكن دون جدوى. وهناك اختلاف في الرأي حول ما اكتشفه الكوري كم بون هانغ مما قال إنه خطوط المريديان إذ لا يعتبر البعض هذه القنوات إلا خطوط اللمف الدقيقة. لذلك فلا بد أن نعتمد حالياً على الأنسجة المكتشفة في جسم الإنسان لأجل تحليل عمل الإبرة العلاجي الذي لا شك في نجاحه ولآلاف السنين.
من هذه النظريات نظرية السيطرة على البوابة العصبية (أنظر الرسم). وتقول هذه النظرية بأن هناك بوابات توصل إيعاز الألم من الألياف العصبية الدقيقة إلى الدماغ عن طريقها، وإن هناك ألياف عصبية سميكة توصل الإيعازات الناتجة عن إدخال الإبرة إلى الدماغ عن طريق نفس البوابة مما يسدها بوجه إيعاز الألم الأول. إلا أنه إذا زاد التحفيز بسبب الإبرة فربما تشترك الألياف العصبية الدقيقة فيه مما يمكنها من إيصال إيعاز الألم إلى الدماغ عبر البوابة، ولذلك فإن التحفيز الزائد عن الحاجة قد يضر.

وقبل سنين اكتشفت المورفينات الداخلية الموجودة طبيعياً في الجسم، وبدأ البحث في علاقة الإبرة الصينية بهذه المورفينات التي يعزى إليها لا إلى غيرها هذا التخدير لمختلف الآلام التي يحس بها الجسم في مناسبات مختلفة والتي لولاها ما استطاع الإنسان أن يحتمل. لو حقنت المادة المورفينية في النقطة العلاجية للإبرة ما كان لها أي تأثير طالما لم تكن هناك إبرة أصلا. إذا لماذا يمكن القضاء على الألم بعد إدخال الإبرة ؟.
إن الإيعازات الناتجة عن الألم، أي التي تسبب الإحساس بالألم، تمر من خلال منطقة في الخلف من الحبل الشوكي. وبعمليات بيوكيمياوية أمكن توضيح أن الخلايا العصبية تفرز المورفينات الطبيعية هنا. وإنه شبه مؤكد إن هذه المورفينات

الطبيعية هي التي تسد البوابة بوجه إيعاز الألم مما يمنع وصوله إلى الدماغ. وفي تجارب أجريت على الأرانب أمكن إزالة الشعور بالألم الذي يسببه نتف جلدها باستعمال الإبرة التي تدخل في النقطة العلاجية المناسبة. وكذلك ثبت ما ذكرناه أعلاه وهو أن زيادة التحفيز إلى مستوى أكثر من المطلوب أدى إلى زيادة الألم. والشيء الآخر المهم جداً الذي حصلوا عليه في هذه التجارب هو عندما أخذوا بعض السائل المخي الشوكي من أرنب كان قد حفز بالإبر، وحقنوه على الحبل الشوكي لأرنب آخر لم يشعر الأرنب الآخر بالألم مما يعني أن هناك تعديل نحو الأحسن قد حدث لهذا السائل بعد أن دخلت الإبرة وحفزت الخلايا العصبية.
وفي دراسات وتجارب أخرى ثبت أن التحفيز الإبري سبب زيادة في إفراز هذه المورفينات الطبيعية إلى السائل المخي الشوكي. كما أنهم وجدوا أن إفراز هذه المورفينات كان فقط في المناطق من الحبل الشوكي التي حفزت بالإبر.
وهناك ممرات عصبية من قشرة المخ نزولاً إلى الحبل الشوكي. وهنا أيضاً، يزيل إفراز المورفينات الطبيعية الإحساس بالألم. ولعل هذا يفسر سبب عدم إحساس الجندي عندما يصاب في المعركة أو لاعب الكرة عندما يتعرض لضربة فيحتملانها ثم لا يلبثا أن يقعا من شدة الألم بعد انتهاء المعركة أو اللحظة الحاسمة. ونفس الشيء يفسر قوة التحمل العضلي الهائلة أثناء التعرض لحالات الضغط الشديدة كما في حالة الأم التي استطاعت رفع السيارة بكاملها لكي تخرج طفلها من تحتها ! !.
إن هذه الإفرازات المورفينية الناتجة عن التحفيز تقف أيضا وراء تأثير جهاز التحفيز العصبي العضلي الذي ذكرناه آنفاً والذي يستعمل في العلاج حتى في دائرة الطب المتداول، والذي يستعمله المريض في البيت حسب الإرشادات لخطورة وعدم إمكان إجراء الحقن المورفيني للحبل الشوكي. ولو نظرت إلى المخطط الذي يصاحب هذا الجهاز والذي على أساسه تقوم بوضع الأقطاب الكهربائية تجد أنه مماثل لنقاط العلاج بالإبر الصينية. كما أن طريقة عمله تماثله تماماً، حيث يخرج تيار بمعدل إيعازين قصيرين في كل ثانية (وهذا تردد يمكن تغييره حسب الجهاز و إرشادات الطبيب) مثل التحريك الذي يقوم به الطبيب للإبرة وهي في نقطة العلاج الجسمية.
على أن هذا التفسير لا يفسر استمرار التأثير العلاجي، أي استمرار الشفاء، بعد مدة طويلة من العلاج وخصوصاً الشفاء النهائي الذي لا تعود معه الأعراض إطلاقاً. نعم هناك إمكانية أن يكون مستوى الإحساس بالألم قد هبط، بسبب العلاج بالإبر، إلى مستوى معين بحيث إذا عاد مرة أخرى فإن الخلايا العصبية تستطيع التعامل معه كما تتعامل مع الآلام الخفيفة التي تتعامل معها كل يوم مرات ومرات. ولكن هذا لا يفسر لشفاء الحالات التي لا يكون الألم فيها سوى تعبير عن الحالة، وهي في الحقيقة أكثر الحالات. كما أن هناك إمكانية أن يكون الوضع مماثلا للعلاج المتداول الخاص بقرحة المعدة حيث يمنع الحامض المعدي من أن يفرز لإعطاء القرحة مجالا للشفاء، وهو ما يحصل وإن كان مؤقتاً كما ذكرنا لأن الأسباب التي أدت إلى الحالة كالغذاء والشد العصبي بقيت كما هي. ومع ذلك فإنه لا يفسر شفاء الكثير من الحالات التي لا يمكن علاجها بهذه الطريقة.
والحقيقة فإن النظريات التي ذكرنا بعضها ليست إلا محاولة من الإنسان لاكتشاف كيفية عمل هذا العلاج كما هو دأبه في كل شيء، أن يعرف كل شيء. ولا بد أن هناك قوانين معينة تحكم العلاج بالإبر الصينية لعدم إمكانية أن تكون المعالجة عبارة عن معجزة، فالمعجزة تحصل بشكل منفصل ولأسباب معينة، أما العلاج بالإبر الصينية فهو علاج ناجح بشكل مستمر وعلى مر القرون. نعم هناك قوانين، ولكنها ليست معروفة لحد الآن.

استجابة المريض للعلاج :

إن استجابة الحالات المرضية تختلف اختلافاً شديداً. فبعض الحالات المرضية كألم الشقيقة تستجيب غالباً بشكل جيد جداً، في حين أن غيرها كروماتزم المفاصل والربو تستجيب في بعض الأحيان وبشكل جزئي. وهناك أنواع من الحالات كالحالات المعدية والأمراض الخبيثة لا تستجيب مطلقاً، وإن كان يمكن إزالة بعض أعراضها. وعلى كل حال يمكن القول بأن العلاج بالإبر قد نجح نجاحاً تختلف درجته في علاج الأمراض الوظيفية المختلفة كالشقيقة والصداع المزمن والقرح ومشاكل الهضم والتهاب المفاصل والتهاب الأعصاب وعرق النسا والتهاب الجلد والأكزيما وضغط الدم العالي والكآبة والقلق والالتهابات الصدرية وكثير غيرها. أما الأمراض التي تحدث تغييراً في الأنسجة كالتهاب المفاصل الذي أدى إلى تغيرات في سطوح المفاصل فإن العلاج بالإبر لا يمكن أن يكون إلا علاجاً مساعداً لعلاج آخر وليس علاجا يتوقع منه أن يشفي هذه الحالات. وبالطبع ليست هذه التقسيمات سوى محاولة للخروج بإجابات محددة نوعاً ما للسائلين، وإلا فإن النظرة الكلية للمريض تقضي بعدم صحة ذلك تماماً لأن أسباب الحالة المعينة قد تكون مختفية بشكل يؤدي إلى إطلاق هذا الاسم عليها دون غيره مما يعرقل العلاج كما أوضحنا ذلك مراراً.

ثم هناك العامل الفردي بحيث لوحظ أن بعض من يعاني من حالات قلنا إنها لا تستجيب بدرجة كبيرة إلى العلاج بالإبر استجابت بشكل ملفت للنظر، في حين أن حالة أخرى تعتبر من الحالات التي تعالجها هذه الطريقة بسهولة لم تستجب.

ومن العوامل التي تؤثر في استجابة المريض للعلاج هو الوقت من اليوم، واليوم من الشهر الذي يعطى فيه العلاج! فإنه لمعروف منذ زمن بأن الكثير من الأفعال والعمليات الجسمانية لها إيقاع حيوي كذاك الذي يحدث لمدة يوم واحد أو 24 ساعة في أمور مثل درجة حرارة الجسم ومستويات الأملاح والهرمونات في الدم. ويفضل بعض المعالجين التقليديين أن تتم جلسات العلاج في ساعات مختلفة من النهار والليل للحصول على نتائج أفضل.

ومن العوامل التي تؤثر على العلاج الأدوية المتداولة. فبعض هذه الأدوية لها تأثير على الجهاز العصبي المركزي، بل إن منها ما يعطى لهذا السبب كالمهدئات ومضادات الكآبة. فكل مضادات الهستامين التي تستعمل للحساسية أو غثيان السفر غالباً ما يكون لها تأثير على الدماغ. إنه متوقع إذا أن تتعارض الأدوية التي تغير من حالة الدماغ الاعتيادية على العلاج بالإبر وتجعله أقل فائدة. كذلك فإن ملامسة النقاط التي عولجت بالإبر، سواء بالملابس أو باليد أو أية ملامسة تلقائية أخرى، في الأيام التي تعقب العلاج تعتبر تقوية للتحفيز الذي قامت به الإبرة على شكل استجابة التهابية من الأنسجة التي في نقطة العلاج. لذا فإن أي دواء مضاد للالتهاب سيقضي على هذا الأثر المهم والذي يطيل من عمر التحفيز العلاجي. ومن أمثلة هذه الأدوية الكورتزون والأسبرين والبيوتازوليدين التي ذكرنا لك بعض آثارها الجانبية في الفصل الأول، على أن هذه الأدوية تطرد من الجسم بسرعة بعد التوقف عن أخذها مما يجعل العلاج بالإبر ممكناً بعد ذلك.

ويعتقد البعض بأن عليهم أن يؤمنوا بهذا العلاج لكي يستفيدوا منه، وعامل الإيمان بالعلاج هذا يبدو أنه لا يؤثر كثيراً حسب تجربة الأطباء. إلا أن العامل النفسي وراء الموضوع ككل، أعني الرغبة في الشفاء، هي التي تؤثر قطعا على النتائج التي تحصل عليها بغض النظر عن نوع العلاج.

والاستجابة لهذا العلاج قد تكون بتخفيف الأعراض من حيث قوتها وترددها على المريض. وقد تتغير نوعا بأن تصبح أقل إزعاجاً بحيث أن المريض يستطيع أن يعتمد بشكل أقل على الأدوية التي كان يأخذها.

وقد يرى المريض أنه قد بدأ بعمل الفعاليات التي لم يكن يستطيع عملها قبل العلاج.

هذا، ولا تتوقع أن ترى تقدماً في الحال نحو الأحسن منذ الجلسة الأولى، وإنما بعد مرور عدة جلسات علاجية. وعندما يتوقف التحسن فإن المعالجة لا تعود مجدية سواء زالت الأعراض برمتها وبشكل كامل أم لا. وعندما تعود الأعراض بدرجة أخف بعد مدة، وهذا يحدث كثيراً، عندها تجب المعالجة حسب ما يرتأيه الطبيب. وعادة يعود الإنسان بعد ذلك إلى أفضل مما كان عليه، أي إلى أفضل مما حققته الفترة العلاجية الأولى. ويفضل أن تقيم مع الطبيب التحسن الذي حصل وفي أي المجالات بعد 5 إلى 10 جلسات.

ويجب أن تتوقع أن تشتد الأعراض في البداية، وهذا يحدث في الكثير من الحالات، وهو يدل على أن التحفيز قد حدث في نقاط لها علاقة بالمرض، وهو المطلوب. وقد أخبرناك بأن هذا رد فعل عادي جداً ومتوقع في كل العلاجات البديلة التي لا تسكت الأعراض كما هو الحاصل مع الطب المتداول، وإنما تخرجها إلى السطح (وهذا هو الغرض من الأعراض) وتحفز القوة الحيوية لكي تقضي عليها.

مع الإدمان والبدانة :

من الحالات التي نجحت طريقة المعالجة بالإبر فيها والتي نالت إعلاماً موسعاً حولها حالات البدانة والإدمان على التدخين والمخدرات والمشروبات الكحولية. فقد نجحت مع البدانة بنسبة 50% بشرط أن تكون لدى المريض الرغبة الحقيقية في تخفيف وزنه. إن الإبر لا تزيل الوزن الفائض وإنما فقط تقلل من أعراض الرغبة في الأكل عند الجوع.

أما الإدمان على التدخين فعادة يكون العلاج بالأذن الذي ذكرناه في الطرق الأخرى. أما نسبة النجاح فحوالي 60%.

ووصلت نسبة النجاح في الإدمان الكحولي إلى 75%. وهنا أيضاً وفي التدخين يعتمد النجاح على رغبة الشخص، وكل ما تفعله الإبر هو تخفيف أعراض الرغبة عند الامتناع كتوتر الأعصاب والدوار والصداع وغيرها.

وفي هذه الحالات توضع الإبر الصغيرة جداً في النقاط المعينة في الأذن وتترك لمدة أسبوعين أو ثلاثة، ثم ترفع عندما يحس المريض بانقطاع الرغبة. بعدها توضع لفترة أخرى وترفع لمدة أطول من الأولى، وهكذا لعدة مرات. وبعد أشهر يكون المريض قد تغلب على الحاجز النفسي وعلى الإدمان.

أما في الإدمان على المخدرات فقد وصلت النسبة إلى أكثر من80%، ولكن كانت نسبة الذين عادوا إليها بعد ذلك عالية أيضا. والسبب هو بقاء الأسباب التي أدت إلى ذلك وهي أسباب اجتماعية في المقام الأول.

مدة العلاج :

ليس سهلاً على الطبيب أن يحدد زمناً للعلاج أو عدداً للجلسات العلاجية وذلك لاختلاف الحالة المرضية بأعراضها ومريضها والظروف المحيطة. وهناك، في هذه الطريقة العلاجية، عامل آخر وهو تحديد النقاط العلاجية الواجب استعمالها فهناك المئات من النقاط وإن اختيار عدد من النقاط المناسبة لهذه الحالة ليس قضية محددة سلفاً في كتاب. على أن هناك أطر عامة تساعد الطبيب، حيث يختار النقاط القريبة من منطقة الشكوى وتلك التي من مناطق خروج الأعصاب ذات العلاقة وتلك التي في مناطق مؤلمة عند الضغط عليها وغير ذلك.

والعامل الآخر هو قوة العلاج، فهناك من المرض من استفاد من تحفيز أقل من غيره، والعكس صحيح. لهذا يفضل أطباء المعالجة بالإبر أن ينتظروا مرور عدة جلسات ثم يعطوا بعدها رأيهم حول طول مدة العلاج.

ويمكن أن تعطى الجلسات الخمس أو الست الأولى أسبوعيا، ثم تزاد المدة الفاصلة من ثلاثة إلى ستة أسابيع، ثم إلى ثلاثة أشهر. وهنا يختلف الحال أيضاً فبالنسبة لمني يشكو من ألم الشقيقة اليومي سيكون العلاج الأسبوعي مناسباً تماماً لأنه يستطيع أن يعرف التحسن في حالته لأنها تؤذيه يومياً، أما لمن كان يشكو من الألم شهرياً فلا بد من تغيير هذا الجدول العلاجي.

وتستغرق المراجعة الأولى من 30 إلى 60 دقيقة حيث إنها تتضمن أخذ التاريخ المرضي والتفاصيل الأخرى. أما المراجعات التي تليها فلا تزيد عن 15 دقيقة. وبالطبع تتطلب المراجعة وقتاً أطول إذا كان هناك وسائل علاجية إضافة إلى الإبرة مثل الكي بالميسم أو الكهرباء، أو إذا كان العلاج يستوجب ترك الإبر لمدة أطول من المعتاد وهكذا.

المخاطر :

في الأيدي الماهرة، تعتبر المعالجة بالإبر طريقة أمينة تماماً، إلا أنه لا بد من وجود مخاطر فيها حالها في ذلك كحال باقي العلاجات. وهذه هي :

1- العدوى، وهي من الممكن أن تحصل عند إدخال الإبرة غير المعقمة. ويتم تعقيمها بالبخار أو الفرن أو، وهو الأفضل، استعمال الإبرة مرة واحدة مع مريض واحد فقط. كما من الممكن أن تحصل العدوى من جلد المريض نفسه، وهنا لا بد من تعقيمه بالكحول.

2- تدمير الأنسجة، وهو ما يمكن أن يحصل عند إدخال الإبرة فتدمر الأوردة أو الأعصاب أو حتى، بدرجة أقل، أعضاء كبيرة كالرئتين مثلاً. وهنا يمكن أن يخرج الهواء من الرئة المثقوبة ويدخل في الحيز المجاور فيحدث ضغطاً يتزايد حتى يؤدي إلى توقف الرئة عن العمل والاختناق. أما إذا دمرت الأعصاب فيمكن أن يؤدي ذلك إلى آلام عصبية أو فقدان الإحساس أو غير ذلك. وأفضل احتياط هنا هو أن تراجع طبيباً درس التشريح الجسماني بشكل كاف بحيث يعرف المناطق الحساسة والرقيقة.

3- إسكات المرض، وهذا يحصل إذا ما استطاع العلاج بالإبر تخليص المريض من أعراض المرض كالآلام مثلاً فيعتقد المريض بأن حالته تتحسن في حين أن المرض يتقدم نحو الأسوأ. فمثلاً إذا كان ألم الظهر مصاحباً للسرطان فإنه يمكن للعلاج بالإبر أن يزيل الألم فيعتقد المريض بأن الحالة تتحسن في حين أن الأورام مستمرة بالانتشار.

والنتيجة هي أن العلاج بالإبر لم يكن أحسن من الطب المتداول الذي كان فشله وراء لجوء المريض إلى هذا العلاج.

مع الطرق العلاجية الأخرى :

ذكرنا أن الألوية المتداولة القوية لها تأثيرات سلبية على العلاج بالإبر مما يحتم في بعضها أن يتوقف المريض عن تناولها أو تقليل جرعاتها على الأقل. لذا كان ضرورياً جداً أن يتم إبلاغ الطبيب عن كل الأدوية التي يتناولها المريض، وأعني كلها، حتى التي يعتقد المريض بأنها خفيفة.

أما الغذاء فقد ذكرنا أهميته في العلاج، أي علاج. لذا يجب الالتزام بكل ما يوصي به الطبيب. وحتى إذا لم يكن الطبيب معتقداً بهذا الجانب، فإنه من المهم مراعاة ما ذكرناه في فصل المعالجة الطبيعية عن الغذاء فإن التجارب ومنها تجارب شخصية تثبت أنه حتى في دائرة الطب البديل هناك من الأطباء والمعالجين.من لا يعتبر وجود أهمية كبيرة للجوانب المختلفة من أسباب المرض التي ليست ذات علاقة مباشرة بطريقته العلاجية والتي فد تكون أهم وأكثر نفعاً في علاج هذه الحالة المعينة من طريقته.

وقد ذكرنا في فصول سابقة إن هناك من المعالجين من يستعمل العلاج بالإبر بالإضافة إلى علاجات أخرى كالهوميوباثيين و الأوستيوباثيين. وليس هناك على أية حال ما يمنع من الاستفادة من العلاجات البديلة الأخرى مع العلاج بالإبر الصينية. كما وذكرنا الاستفادة من هذه الطريقة في العمليات الجراحية في التخدير.

حالات واقعية :

1- التدخين. رجل عمره 43 سنة بدأ التدخين وهو في السادسة عشرة، وهو يدخن الآن 30 سيكارة يومياً. أدخلت إبرة في النقطة الخاصة في شحمة الأذن وهي التي وجد الطبيب أنها مؤلمة عند وخزها بطرق الإبرة عند الفحص. وبعد

تثبيت الإبرة بشريط لاصق أمر الطبيب المريض بالامتناع عن التدخين حالاً لأن الامتناع التدريجي بتقليل السيكاير يومياً لا فائدة من ورائه. وأرشده الطبيب إلى ما يفعل إذا وجد الرغبة في التدخين قد أصبحت لا تقاوم، وهو بأن يحصر الإبرة وشحمة الأذن بين الإبهام والسبابة ويعصرهما برفق. وبعد شهر من العلاج كتب المريض إلى الطبيب يخبره بأن العلاج قد نجح تماماً وإنه لم يلمس السيكاير منذ ذلك الحين.

2- الشقيقة. صبي في عمره 13 سنة يشكو من آلام الشقيقة منذ 10 سنوات. وكان الألم يأتيه على أي من جانبي الرأس ولكن لا على الجانبين معاً، وكان يستطيع التنبؤ بحصول الألم حيث يشعر بالتعب. وإذا ما أصيب بكل أعراض الحالة فإن نهايتها تكون الغثيان ثم التقيؤ. وكان والداه قلقين على مستقبله إذ إن حالته تؤثر كثيرا على وضعه الدراسي لأن الصداع كان يأتيه دائماً في أثناء شهور الدراسة وليس خلال العطل. وكان قد جرب كل أنواع الحبوب وبضمنها المهدئات ومسكنات الألم الخاصة بألم الشقيقة، ولكن لم يحدث سوى أن الأعراض تزيد على مر السنين.

وبما أن الأطفال لا يحبون الإبر فقد قرر الطبيب معالجته بالميسم أي المطرقة ذات الرأسين التي ذكرنا فيما تقدم من الفصل)، حيث كان يوخز النقاط المطلوبة عشرين أو ثلاثين مرة إلى أن يحصل رد الفعل الجلدي المطلوب. وكانت النقاط العلاجية في أعلى القدمين وأعلى الكتفين وخلف الأذنين. ولكن بعد ثلاث جلسات علاجية لم تتحسن الحالة مما حدا بالطبيب أن يغير مواقع العلاج إلى نقاط على جانبي الرأس في مستوى العينين وخلف وفوق نهايات شحمة الأذنين وهو الذي جاء بالنتائج الممتازة. وقد علم المريض كيف يدلك النقاط العلاجية عندما يحس بقرب حصول النوبة مما مكنه أن يتجنب عدة نوبات.

وبعد علاج لمدة 3 سنوات بجلسات علاجية كل 4 إلى 6 أشهر حيث كان يأتي إلى الطبيب عندما يحس أن المشكلة تريد أن تعود. وبعد هذه السنوات الثلاث انتهت المشكلة كلياً، وهذه القصة ترينا أنه حتى في حالة طول مدة العلاج، فإن العلاج بالإبر يمكن أن يسيطر على الحالة بحيث لا تؤثر بشكل كبير على المريض ريثما يتحقق الشفاء الكامل.

3- روماتزم المفاصل. امرأة عمرها 72 سنة تشكو من روماتزم المفاصل منذ أن كان عمرها 55 سنة. و بذا لم يكن ممكناً، حسب رأي الطبيب المعالج، أن يكون للعلاج بالإبر سوى إمكانية تخفيف الآلام بسبب التغيرات التي حصلت لطول مدة المرض. وهو رأي أتحفظ عليه شخصياً لما ثبت من إمكانية التغيير بوسائل الطب البديل المختلفة. وكان الالتهاب ينتقل من مفصل إلى آخر وفي كل مفاصل الجسم. ولقد فشلت جميع الأدوية التي وصفها لها الطب المتداول على مدى ما يزيد على العشرين عاماً. فمن الأسبرين إلى الكورتزون إلى حقن الذهب ولكن دون فائدة بل بأعراض جانبية. وعند الفحص كان مفصل المرفق حاراً عند اللمس، وملتهباً، كما كان هناك تشديداً كبيراً في مجال حركة المفاصل. ركز الطبيب في البداية على المفاصل المتأثرة بالمرض أكثر، حيث كانت ركبتها اليمنى متصلبة المفصل، وكذلك الكاحل الأيسر والعديد من مفاصل أصابع يديها. وبعد شهرين من العلاج بالإبر مع التمارين والحمامات الدافئة وغيرها من العلاجات المساعدة الأخرى التي نصح بها الطبيب كان التحسن مستمراً وأصبحت حالة المريضة أفضل بكثير. وعلى مدى الشهور والسنين التي تلت كانت المريضة تراجع الطبيب عندما تحس أنها بحاجة إلى جلسة تقوية للعلاج، وهكذا، لم تحصل لها في هذه السنين التي كانت تتحسن فيها باضطراد أي نوبة حادة من نوبات المفاصل.

الانزلاق الغضروفي. رجل عمره 36 سنة يعمل حدائقياً يشكو من ألم الظهر مما خشي معه أن يضطر إلى ترك مهنته. وكان قد أصيب بانزلاق غضروفي قبل 3 أشهر ورقد لأجله في المستشفى لمدة. وكان المريض يشعر بآلام شديدة على

طول العصب الظهري الذي يتفرع إلى الساقين مع خدر في بعض قدميه. ولم تنفع الراحة ولا الحبوب المسكنة لتخفيف الحالة. وبعد الفحص الكامل للاستجابات العصبية في ساقيه ولحركات ساقيه مع معرفة مواقع حصول الألم في الحركات المختلفة للظهر والساقين، أعطي العلاج في النقاط في جانب الكاحل والقدم والآلية وفي وسط العمود الفقري وجانبه. كما أعطي المريض الإرشادات اللازمة حول كيفية رفع الأشياء وكيفية القيام والقعود وغيرها من النصائح المهمة وخصوصاً في وضعه كحدائقي. وبعد أسبوع لم يتغير شيء في ألم الظهر، إلا أن الألم النازل إلى الساقين مع الإحساس بالخدر قد اختفيا جميعاً. وبعد تبديل طفيف في مواقع العلاج وعودة المريض بعد أسبوع آخر تبين أن الألم كان قد اختفى بعد المعالجة مباشرة بحيث لم يشعر المريض بأي ألم خلال الأسبوع. أعيدت المعالجة مرتين بعد ذلك، بعد أسبوعين ثم بعد ثلاثة أسابيع لتثبيت الأثر الجيد للإبر، أصبح بعدها المريض بصحة كاملة ولم يشك من الآلام وإنما ببعض الوخزات إذا ما رفع شيئا ثقيلاً وهو ما لا يجب أن يفعله على كل حال.

العلاج بالصيام الطبي

الصوم جُنَّة (
كما قال النبى صلى الله عليه وسلم ... أى وقاية من الزلل والوقوع في الخطايا
والمحرمات ، وحماية من الأمراض والشرور والموبقات ، وستراً من النار والعقوبات .
وهكذا فقد أنعم الله علينا بالصوم لما له من فوائد عظيمة وحكم كثيرة ، وآثار
ونتائج جليلة لنا سواء كانت دينية روحية ، أو صحية جسمانية ونفسية أواجتماعية
، أو غير ذلك من الفوائد التي لانستطيع حصرها ، وصولاً إلى الفائدة العظمى
والهدف الأسمى من الصوم ألا وهو تقوى الله عز وجل .
(قال تعالى : يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمْ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى البقرة).الَّذِينَ
مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ
والذى لايفهم هذا* : من لم يدعρالمعنى ولايسعى لتحقيقه لا حظ له من صيامه
إلا الجوع والعطش كما قال قول الزور والعمل به فليس لله حاجة أن يدع طعامه
وشرابه * متفق عليه .
وقال صلى الله عليه وسلم : *الصِّيَامُ جُنَّةٌ فلا يَرْفُثْ ولا يَجْهَلْ وَإِنِ امْرُؤٌ قَاتَلَهُ أَوْ
شَاتَمَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي صَائِمٌ مَرَّتَيْنِ وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَخُلُوفُ فَمِ الصَّائِمِ أَطْيَبُ عِنْدَ
اللَّهِ تَعَالَى مِنْ رِيحِ الْمِسْكِ يَتْرُكُ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ وَشَهْوَتَهُ مِنْ أَجْلِي الصِّيَامُ لِي وَأَنَا
أَجْزِي بِهِ وَالْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا * رواه البخارى .
والصوم من أهم العبادات التي تعين على التقوى والتقرب إلى الله والبعد عن الرياء
، فالصائم تتهذب وتتأدب وتتزكى وتصفو نفسه ، ويرق قلبه ويمتلئ بالإيمان
واليقين ، وتهدأ جوارحه ، وتقوى عزائمه فيكبح جماح غرائزة ، ويسيطر على
شهواته ، وبالتالي يكون أقرب للتقوى وأقرب للمغفرة .
وَمَنْ يَتَّقِ(قال سبحانه : الطلاق).اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا
وقد حث النبى صلى الله عليه وسلم معشر الشباب الذي لايستطيع الزواج على
الصوم كوسيلة وقائية تحفظه - بإذن الله - من الوقوع في الفاحشة ومايصاحبها
من شرور وأمراض وآلام فقال صلى الله عليه وسلم *: يامعشرالشباب مَنِ
اسْتَطَاعَ منكم الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغَضُّ لِلْبَصَرِ وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ
بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ * متفق عليه .
ولكن لكى يؤتي الصيام ثماره المرجوة وفوائده المنتظرة التي نعلمها والتي
لانعلمها ، فعلينا مراعاة اتباع سنة نبينا المصطفى صلى الله عليه وسلم ففيها
الخير كله والبعد عن الشر كله - ولاشك ولاريب في ذلك سواء علمنا تفاصيل ذلك
أم لم نعلمه - وفيها هناؤنا وسعادتنا وسلامة أبداننا وانشراح صدورنا ومنتهى
صلاحنا ، وغاية سلامتنا وتمام عافيتنا ، وراحة نفوسنا وذهاب همنا وغمنا ،
بالإضافة إلى حُسن مآبنا بإذن الله .
ومن سنة نبينا محمد صلى الله عليه وسلم :
-1السحور :
لقول النبى صلى الله عليه وسلم :* تسحروا فإن فى السحور بركة * متفق عليه.
(والبركة هنا تشمل كل الفوائد المعلومة والغير معلومة .)
وتأخيره إلى قرب الفجرأفضل فعن زيد بن ثابت رضى الله عنه قال : تسحرنا مع
رسول الله صلى الله عليه وسلم ثم قام إلى الصلاه قلت (أنس) : كم كان بين
الأذان والسحور قال : (قدر خمسين آية) متفق عليه .
-2تعجيل الفطر :
لقوله صلى الله عليه وسلم : *لايزال الناس بخير ماعجلوا الفطر * متفق عليه .

والمُستحب أن يكون الإفطار قبل الصلاة على الرطب وإلا فالتمر وإلا فالماء .
فعن أنس رضي الله عنه قال :* كان النبى صلى الله عليه وسلم يفطر على رطبات قبل أن يُصلى فإن لم تكن رطبات فتمرات فإن لم تكن تمرات حسا حسوات من ماء * أخرجه الترمذى بسند حسن .
ويمكن الرجوع إلي فوائد تناول التمر خاصة بعد الصيام فى باب التمر .
-3عدم الإسراف أوالتبذير في الطعام والشراب .
وإلا ضاعت على الصائم الكثير من الفوائد الصحية الجسمانية والعقلية والروحية والمالية .
والصيام بلا شك له فوائد وقائية وعلاجية شفائية لدرجة أن بعض الأطباء - حتى من غير المسلمين - يصفونه كوسيلة علاجية لبعض الأمراض ، فقد أثبتت أحدث الدراسات في الغرب أن صيام شهر في السنة يجدد خلايا الجسم ، وصيام ثلاثة أيام في الشهر يطهر الجسم من السموم والأدران التي هى مصدر الأمراض وسبب العلل للأبدان .
فالامتناع عن الطعام والشراب لمدة قد تزيد عن أربعة عشرة ساعة ثم يتبعها بضع ساعات من الأكل والشرب هو نظام مثالي للجسم لتنشيط عمليتى الهدم (التي يقوم فيها الجسم في فترة الصيام باستهلاك وتدمير الخلايا القديمة الهرمة والمريضة في الأعضاء المختلفة) والبناء ، وقد ثبت علمياً أيضاً أن النشاط والعمل والحركة العضلية أثناء الصيام للأشخاص الأصحاء يعمل على تحريك وتحليل وحرق الدهن في الأنسجة الشحمية بعد استهلاك الجهاز العضلي للجلوكوز القادم من الكبد وذلك للحصول على الطاقة مما يزيد من كفاءة ونشاط عمل الكبد والعضلات ويخلص الجسم من الشحوم والسموم وهذا مايسمى بعملية الهدم ، بعكس السكون والراحة والنوم والكسل أثناء الصيام .
وتكون هذه الفوائد أعم وأشمل - كما ذكرنا - إذا راعينا اتباع التعليمات الشرعية السابقة .
كما ثبت علمياً أن الصوم له تأثير إيجابى على كل أجهزة الجسم ، بالإضافة إلى تأثيره المريح والمطمئن للحالة النفسية والعصبية ، والمضاد للإكتئاب والحزن ، فالصوم يدخل البهجة والسرور على الصائم قَال صلى الله عليه وسلم :* يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ : لِلصَّائِمِ
فَرْحَتَانِ متفق عليه.فَرْحَةٌ حِينَ يُفْطِرُ وَفَرْحَةٌ حِينَ يَلْقَى رَبَّهُ

الا(هذا بالإضافة لما يصاحب الصوم من الانتظام في ذكر الله بصورة أكبر : ، والحرص على آداء الصلوات في أوقاتها بخشوع أكثر ، وعلى)بذكر الله تطمئن القلوب آداء النوافل بانتظام أفضل ، وكذلك الحرص علي الكثير من العبادات والطاعات التي تقربنا إلى الله ، مما يجعلنا أهل لأن يُنَزِّل الله سكينته ومغفرته ورحمته علينا ، فتصفو نفوسنا وتطمئن قلوبنا وتنصلح أحوالنا .
وينعكس هذا الصفاء النفسي ، والإطمئنان القلبي بالتحسن الملحوظ على الكثير من الأمراض التي تكون للحالة النفسية والعصبية دور فى حدوثها أو تنشيطها أوإظهارها ، بل ينعكس الصيام ككل -أيضاً-بتحسن واضح على كثير من الأمراض الأخرى .

)من الأمراض التي من الممكن أن تستفيد من الصيام :
بعض أمراض المعدة والقولون والقلب وضغط الدم والسمنة والسكر ، وبعض حالات الكبد ، وبعض الأمراض الجلدية والتناسلية (
ولكن يجب مراجعة الطبيب المُختص فى ذلك فلكل حالة ظروفها ونوعيتها ودرجتها الخاصة .
والصوم ليس فقط غسيل وتنقية للبدن مما تراكم فيه وعلق به من فضلات

وسموم (فقد ثبت علميا أن الصوم يحفز الجسم على انتاج مضادات الأكسدة التي تنظف الجسم من الشقائق الحرة الناتجة عن كثرة عمليات الهضم والتمثيل الغذائي المستمرة داخل الجسم أو من عوامل التلوث البيئي خارج الجسم ، والتي تجعل الجسم عرضة للإصابة بالكثير من الأمراض .(
وإنما أيضاً غسيل وتنقية وتطهير للنفس مما تراكم فيها من آثار الذنوب والمعاصى التى لاتنفك عن ابن آدم ومما علق بها من أمراض نفسية ووساوس وتأثيرات شيطانية .
وكذلك فالصوم وسيلة فعالة للتخلص من العادات الضارة مثل التدخين وغيرها من السلوكيات الخاطئة .
وكما قال ابن القيم رحمه الله :
...)فقلة الطعام توجب رقة القلب ، وقوة الفهم ، وانكسار النفس وضعف الهوى وكثرة الطعام تحرك الجوارح الى المعاصى وتثقلها عن الطاعات والعبادات ، ولأن الشيطان يجرى من ابن آدم مجرى الدم من العروق فإن الصوم يُضيق عليه مسالكه .(
فمن فضل الله ومنه وكرمه أن فرض علينا صيام شهر رمضان من كل عام ، وكذلك حثنا نبينا محمد صلى الله عليه وسلم - الذي لاينطق عن الهوى إن هو إلا وحي يوحى - على صيام التطوع (النافلة) واستحبه لنا ، والذي منه :
صيام ست من شوال ، والتاسع من ذى الحجة (وقفة عرفات لغير الحاج) والاثنين والخميس من كل أسبوع ، ويوم تاسوعاء وعاشوراء من شهر الله المحرم ، والأيام البيض 13 ، 14 ، 15 من كل شهر عربى ، وأفضل التطوع صيام يوم وإفطار يوم وهو صيام نبى الله داوود عليه السلام .
وقال صلى الله عليه وسلم : * إِنَّ اللَّهَ قَالَ مَنْ عَادَى لِي وَلِيًّا فَقَدْ آذَنْتُهُ بِالْحَرْبِ وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا وَإِنْ سَأَلَنِي لأُعْطِيَنَّهُ وَلَئِنِ اسْتَعَاذَنِي لأُعِيذَنَّهُ * رواه البخارى .
وقال صلى الله عليه وسلم * : أَفْضَلُ الصِّيَامِ بَعْدَ رَمَضَانَ شَهْرُ اللَّهِ الْمُحَرَّمُ وَأَفْضَلُ الصَّلاةِ بَعْدَ الْفَرِيضَةِ صَلاةُ اللَّيْلِ * رواه مسلم .

ولنحرص على أن تكون نيتنا - في صيامنا وفي كل عباداتنا - خالصة لوجه الله تعالى ولابتغاء مرضاته ، ثم نسأل الله القبول .
وأن يكون صيامنا وعباداتنا على هدي نبينا محمد صلى الله عليه وسلم .
وألا تكون عباداتنا مجرد عادة تعودنا على فعلها ، أو أننا نفعلها لمجرد فائدتها الصحية أو غير ذلك من الفوائد فقط .
وأن معرفتنا لبعض فوائد هذه العبادات - التي لانشك في أن فيها كل الفوائد علمنا ذلك أم جهلناه - يجعلنا نزداد إيماناً مع إيماننا ويقيناً مع يقيننا بعظمة هذا الدين القيم وأن هناءنا وسعادتنا وشرفنا وعزتنا وقوتنا واطمئنان قلوبنا وصحتنا في انتسابنا إليه وعلمنا وعملنا به .
قال النبى صلى الله عليه وسلم :* قال الله : كل عمل ابن آدم له إلا الصيام فإنه لي وأنا أجزي به والصيام جنة وإذا كان يوم صوم أحدكم فلا يرفث ولا يصخب فإن سابه أحد أو قاتله فليقل إني امرؤ صائم والذي نفس محمد بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك للصائم فرحتان يفرحهما إذا أفطر فرح وإذا لقي ربه فرح بصومه * متفق عليه.

العلاج بطاقة الماء (الهيدروباثي).

يعتبر العلاج بالماء جزءاً من تقاليد العلاج في معظم الحضارات القديمة كمصر القديمة واليونان القديمة وروما القديمة، وكان يمارس الطب في الحمامات العامة.
وعرف العلاج بالماء من القرون الأولى بأنه مادة الحياة وسيد الشراب وأحد أركان العالم.
وحديثاً في أواخر القرن التاسع عشر استخدم (جون هارفي) طبيب مشهور العلاج بالماء للسيطرة على الألم وعلاج حالات العدوى مثل الالتهاب الرئوي.
وفي القرن العشرين استخدام الماء في علاج مجموعة من الأمراض 69 مرضاً، ومنها:

1- الصداع
2- ألم الظهر
3- الإمساك
4- أوجاع المفاصل
5- مغص البطن
6- حكة الجلد
7- نزلات البرد والتهاب الشعب
8- الذبحة الصدرية
9- الحروق
10- داء النقرس
11- آلام الدورة الشهرية
12- البواسير
13- الضغط النفسي والقلق

ومن أشهر الأطباء حالياً للعلاج بالماء د. "أجاثا تراس" اختصاصية الباثولوجيا الطبية في أمريكا.
أعلنت جمعية طبية يابانية قامت بإجراء تجارب لمعالجة بعض الأمراض المعاصرة بالماء أن نتيجة البحث 100% "نجاح" وهذه الأمراض هي الصداع – ضغط الدم – فقر الدم – أمراض العظام – السكر – الإمساك – السل – السرطان – الدورة الشهرية غير المنتظمة.

1- الاستيقاظ في الصباح مبكراً وتناول 4 أكواب من الماء 160 مليلترا.
2- عدم تناول الفطور العادي إلا بعد 45 دقيقة، ولا يصح أكل أو شرب أي سوائل أو طعام جامد قبل هذه المدة.
3- عدم أخذ أي سوائل بعد تناول الفطور والغذاء والعشاء إلا بعد ساعتين
4- عدم تناول أي سوائل بعد وجبة العشاء الرئيسية إلا قبل الذهاب إلى النوم.

ويمكن لكبار السن أو غيرهم التدرج في شرب الأكواب الأربعة للوصول إلى الكمية المطلوبة.
وقد أجريت التجربة على الأمراض التالية وتم معالجتها في المدة الزمنية المبينة:

ضغط الدم 30 يوما المعدة والأمعاء 10 أيام
السكر 30 يوما الإمساك 10 أيام
السرطان 6 أشهر السل 3 أشهر

ويعتبر العلاج بالماء أقل إرهاقاً للجسم من استخدام العقاقير التي تؤدي إلى مضاعفات خفية. ويحتاج العلاج بالماء إلى قدر معين من التعقل والإخلاص والصبر

من جانب المريض والمعرفة الجيدة من قبل المعالج. ويساعد الماء على الشفاء ليس بالشرب فقط، ولكن باستخدامه بطرق أخرى، فكيف يكون ذلك؟
1- منشط ومجدد للحيوية: في صورة الماء البارد وحمامات الدوامة whirlpool bath والبخار.
2- مهدئ ومزيل لتقلصات: حمامات المياه الدافئة – الكمادات الدافئة والباردة – والحقنة الشرجية.
3- مخفض للحرارة: حمامات باردة وسريعة وكمادات باردة.
4- مدر للبول: الحمامات الموضعية الساخنة – شرب الماء مدر للبول.
5- منشط قوي للدورة الدموية: يتعرض الجسم للماء الساخن والبارد بالتبادل مختلف الوسائل.
6- منظف داخلي للجسم: شرب الماء ينقي الجسم من السموم ويساعد على استخراج المخلفات التي لا يحتاج الجسم إليها.
7- مطهر: ينظف الطعام الذي نأكله وينظف البيئة من حولنا.
8- يقضي على الألم: الثلج له تأثير مخدر لالتهاب الأعصاب بالجلد.
9- مهدي للأعصاب: حمامات المياه الدافئة – حمامات الأعشاب.
ولا بد من ضبط الأمور على أسس علمية سواء فيما يتعلق بخصائص الماء المستخدم، سواء كان بارداً أو ساخناً أو دافئاً أو مثلجا، وأيضاً طرق استخدامه كحمامات أو كمادات أو غير ذلك. وذلك باستشارة المتخصصين.

أسئلة وأجوبة

كثير من الذين تعرفوا على الماء القلوي المتأين وأصبح جزء من غذائهم يطرحون كثير من الأسئلة على ذوي الاختصاص لمعرفة أسرار وخواص هذا الماء العجيب ذو الفوائد الصحية الجمة ، وعلى سبيل المثال نستعرض الأسئلة التالية التي أجاب عليها ذوي الاختصاص في هذا الأمر .
س :ما معنى الماء القلوي المتأين بالضبط ؟
ج :التأيين يعني ببساطة إما الحصول علي إلكترون ، أو فقدان إلكترون . والماء الذي يتم تأيينه يصبح إما قلوياً أو حمضياً والذي يعني أن الرقم الهيدروجيني لهذا الماء قد تعدل إلى أعلى أو إلى أدنى.
الماء القلوي : يكون محتوياً على أيونات الهيدروكسيل ، وهذا الماء نشربه لمردوده الصحي على أجسامنا.
الماء الحمضي : يكون محتوياً على أيونات الهيدروجين ، وهذا الماء نستعمله خارج أجسامنا ، كما أنه جيد لنمو النباتات .
س :كيف يتم إنتاج الماء القلوي المتأين ؟
ج :بعد تصفية الماء وتنقيته يمر هذا الماء على غرفة تحتوي على أقطاب كهربائية موجبة الشحنة وأخري سالبة الشحنة فيحدث التأيين حيث تنفصل المعادن الحمضية الموجودة بالماء عن المعادن القلوية ويخرج كلاً منهما من مخرج مستقل .
س :لماذا يجب علي أن أشرب الماء القلوي المتأين ؟
ج : هناك عدة فوائد رئيسية لهذا الماء المتأين:
أولاً : لاحتوائه على كميات هائلة من مضادات الأكسدة وهذا يعني تعزيز جهاز المناعة بالإضافة إلى معادلة الجزيئات الحرة (حوالي مائة ألف جزئ حر يومياً) والتي تقوم بفتك وإتلاف حوالي مائة ألف خلية من خلايا أجسامنا السليمة.

ثانياً : عند شرب الماء القلوي المتأين فإننا بذلك نرفع درجة قلوية الدم إلى 7.4 وهذا يجعل الدم قادراً على اصطياد ومعادلة الفضلات الحمضية السامة المتراكمة

في خلايا وأنسجة أجسامنا والناتجة كمخلفات لعملية إنتاج الطاقة التي تقوم بها 35 بليون خلية على مدار الثانية ، منذ تكويننا حتى رحيلنا من هذه الدنيا ، وهذا يعني أيضاً إزالة أحد الأسباب الرئيسية لأمراض البالغين خاصة الفتاكة منها.

ثالثاً : الماء القلوي المتأين له تركيبة جزيئيه تختلف عن باقي المياه بحيث يكون عدد جزيئات الماء القلوي لكل عنقود هو من 5 إلى 6 جزئ ، بينما عدد الجزيئات في العنقود الواحد في الماء العادي هي من 10 إلى 13 جزئ ، وهذا بالطبع يعطي الماء القلوي المتأين خاصية الترطيب السريع ، ويجعل الدم ينساب ويتغلغل إلى أماكن لم يكن في استطاعته الوصول إليها من قبل ، وبذلك يتمكن من اصطياد ومعادلة الفضلات الحمضية السامة وطردها إلى خارج الجسم عن طريق الكلى.

رابعا : الماء القلوي المتأين يحتوى علي كمية هائلة من الأكسجين والتي تصل لحوالي مائتي ضعف الأكسجين الموجود في أي مياه أخري. وهذا يعطي طاقه هائلة للجسم ونشاط غير عادي ، كما أن هذا الأكسجين الذي يدخل الجسم بسبب شرب الماء القلوي المتأين يجعل الوسط الداخلي للجسم غير ملائم مطلقا لنمو الخلايا السرطانية.

س :كيف يقارن طعم الماء العادي بطعم الماء القلوي المتأين ؟

ج :نظراً لصغر حجمه وخاصية تركيبته العنقودية فهذا يجعل الماء القلوي المتأين ذو طعم أطيب وأخف على الجسم ، كما أنه يضفي علي الطعام والقهوة والشاي طعماً لذيذاً لا يمكن مقارنته بأي مياه أخرى .

س :كم المدة التي يظل الماء القلوي المتأين محتفظا بخواصه المفيدة بعد إنتاجه ؟

ج :بالنسبة لمضادات الأكسدة فإنها تدوم تقريباً من 18 إلى 24 ساعة بعد الإنتاج ، أما بالنسبة للقلوية فإنها تدوم من 1 إلى 2 أسبوع.

س :هل للماء القلوي المتأين تأثيرات سلبية ؟

ج :قطعاً لا ، وإننا لم نر قط أي تأثير سلبي سواء في استعمال الماء القلوي المتأين للشرب أو الماء الحمضي المتأين للتعقيم خارج الجسم.

س :كيف أبدأ بشرب الماء القلوي المتأين ؟

ج :يبدأ الإنسان عادةً في شرب هذا الماء علي المستوى الأول بشرب كأس واحدة إلى ثلاث كؤوس من هذا الماء يومياً ، فإذا كانت ملائمة لجسمه فإنه يزيد كمية الشرب ومستوي القلوية حتى تصل كمية الشرب إلى كمية تبلغ من لتر ونصف إلى لترين أي 6 إلى 8 كؤوس كبيرة يومياً ، وعلى معدة فارغة ما أمكن ، أي لا يشرب الماء القلوي قبل الأكل بنصف ساعة ولا أثناء الأكل إلا القليل لبلع الطعام ، وحتى بعد الأكل بساعتين . بعدها يواصل الإنسان في شرب هذا الماء وبقلوية 9.5 إلى 10.

س:متى أبدأ أشعر بفوائد الماء القلوي المتأين عند استعماله ؟

ج :بالنسبة للنشاط والطاقة الغير عاديين والنوم العميق المريح فإنك تشعر بهما بعد أسبوعين من شربك لهذا الماء . أما بالنسبة للبواسير فإن التأثير يبدأ بعد حوالي أسبوع إلى عشرة أيام من بدء شرب الماء القلوي المتأين حيث تزول الالتهابات والآلام بدون استعمال المراهم والمسكنات .

أما باقي المشاكل الصحية الأخرى فإنها تحتاج مابين 8 - 12 أسبوع من الشرب المستمر لهذا الماء القلوي المتأين .

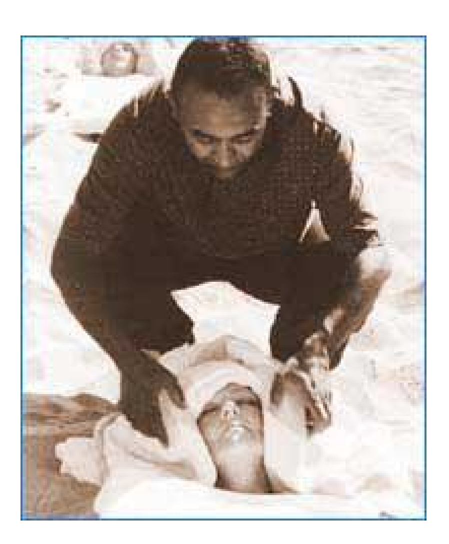
طب الروائح (Aromatherapy) هو نوع طب. لاشك أن هذا القرن سيشهد تطورا مذهلا في عالم الشم وطب الروائح والعطور . ففي السوبرماركتات سترش روائح لجعل الزبائن يقبلون علي شراء السلع ويقضون أطول فترة في المكان . وفي اليابان ترش رائحة أوراق النقد الجديدة لجعل الموظفين يعملون بشدة ويتكالبون علي مضاعفة الانتاج.وبعض المحلات أيام (الكريسماس) تضع غلايات بخار ماء تنبعث منها رائحة زيت شجرة الصنوبر ليوحي للزبائن بجو عيد الميلاد وشجرته الصنوبرية.وبعض المحلات تضع زيوتا عطرية بأجهزة التكييف لتنبعث منها روائح تتناسب مع ما يباع من سلع في هذه المحلات لترويج بيعها. وهذا الأسلوب يتبعه في مصر أصحاب محلات الكفتة والكباب بوضع قطع من (لية) الضأن فوق الفحم لتعبق الجو ولتجذب الزبائن اليها. وفي دراسة لاحدي شركات الأطعمة العالمية . وجدت أن روائح الأطعمة تزيد من رغبتنا لتناول كميات أكبر من الطعام. ووجد أن اغلاق أنوفنا أثناء تناول الطعام يقلل من شهيتنا لتناول الحلويات . وقد نجحت هذه الطريقة في تخسيس السيدات. و كان الأطباء في العصور الوسطي يشخصون الأمراض بشم أنفاس ورائحة المرضي عندما يدخلون للكشف عليهم . لهذا يحاول العلماء تصنيع أنف الكتروني لتحديد الامراض من خلال شم الزفير أو المريض نفسه.وسيتم هذا من خلال مجسات كهروكيميائية حساسة للروائح . وهذه الأنوف الشمامة سيمكنها الكشف عن المخدرات وبقايا المتفجرات والرقابة علي جودة المأكولات والمشروبات وتوليف نكهات السجائر والعطوروالشاي . و أي رائحة عبارة عن جزيئات لها أشكال هندسية مختلفة . وبالأنف بقعتان شميتان داخل تجاويف ممراته . فعندما يقع جزيء الرائحة فوق مستقبلات الروائح بالبقعة الشمية فيمكن التعرف عليها .ويحاول العلماء تقليد هذه البقعة الشمية الأنفية بوضع قرص مستنشق في ميكرفون سماعة التليفون حيث يتصل المريض عبره بكومبيوتر خاص تصله رائحة زفير المتحدث . فيتعرف عليها ويحدد مرضه فورا عن طريق وضع كروت ذكية أشبه بتذاكر المترو . وسيكون بعيادات الأطباء أجهزة شمامة تشم أنفاس المرضي وتحدد هوية أمراضهم بدقة وفي ثوان .وسيباع هذه الشمامات التشخيصية في أشكال كومبيوترات جيب يمكن للمريض التعرف علي أمراضه وتطورها أولا بأول.وهذه الشمامات سو ف تستخدم قر يبا في تحليل البول والدم والسكروالتعرف علي الامراض المعدية من خلال روائح البكتريا الممرضة .وسوف يوجد ماسح عطريAroma scan)) يتعرف علي أي خلل أوحدوث متغيرات بالجسم في ثوان.والمعروف أن بعض الأمراض الكبدية تفرز روائح مميزة . وستتصل هذه الشمامات الالكترونية بكومبيوترات بها خرائط جزيئية لروائح الأمراض والروائح العطرية. وفي مجال الأمن سوف توضع هذه الأنوف الشمامة علي الأبواب لتسجل رائحة الأشخاص والتعرف عليهم ولاتفتح الا للأشخاص الذين رائحتهم مبرمجة فيهاومقبولة ولهم الاذن في دخول الأماكن الحساسة.وستصبح البصمة الشمية لروائح الأشخاص أحد الأدلة الجنائية المعمول بها في البحث الجنائي وأمام المحاكم أسوة بما هو متبع مع بصمات الأصابع والعين والأذن والدنا بالدم.
وتستخدم الشرطة الكلاب المدربة للكشف عن المخدرات والمتفجرات بشم حقائب المسافر ين . وبعض المطارات تستخدم حاليا الأنوف الالكترونية والتي يمكنها تمييز زجاجة نبيذ من زجاجة شمبانيا .وهذه القدرة الشمية عن طريق مجسات(حواس) بلاستيك تستجيب لروائح الكيماوية المختلفة وتصنفها بدقة.وهذه الشمامات الالكترونية ستستخدم في الصناعة لضبط توليفات العطور

والسجائر وصناعة الجلود والجبن والشاي والمياه الغاز ية. لم تخلق حاسة الشم في الحيوانات والطيور والأسماك عبثا.. حتى في الكائنات الأولية الدقيقة كالأميبا . لأنها عن طريق الشم تتعرف علي غذائها . و تتعرف الأسماك والطيور علي طرق ومسالك ومواطن هجراتها والعودة لديارها عن طريق الشم. كما أن الحيوانات المفترسة تتعقب فرائسها بشم أثارها. والنحل يصل الي رحيق الزهور بشم رائحتها.ونحن نشم الطعام قبل تناوله أو تذوقه .. لأن الشم يؤهل الجهاز الهضمي لافراز عصاراته وأنزيماته الهاضمة للطعام . وتعتبر العناصر الأساسية في حاسة الشم موحدة في كل الحيوانات حتى في الانسان . والخلايا الحسية الشمية متعددة و تتجاوب مع جزيئات كل مادة طيارة عند استنشاقها .وتعتبر الخلايا العصبية الشمية والتذوقية هي الخلايا الوحيدة في جهازنا العصبي التي يمكن استعواضها بعد تلفها أو هرمها.وتكون حاسة الشم أكثر شدة ما بين سني 20 و60 سنة . بعدها تقل قدراتها .والشم الية في أنوفنا تفوق أكبر المعامل تقدما وخلاياه تتجدد باستمرار . لأنها تموت تدريجيا. فالأطراف الشمية تتجدد كل 24ساعة . والمرأة أكثر قدرة علي التعرف علي الروائح من الرجال . لأن حاسة الشم لديها أكثر حدة. وتعتبر نكهة الطعام أحساسا كيماويا يجعلنا نفرق بين أكلنا للسوداني أو الفسيخ . وكثير من النكهات يمكن التعرف عليها عن طريق الشم . فلو أغلقت أنفك بأصابعك أو لو أصبت بالزكام..فانك لن تشم رائحة الشيكولاتة أو التفاح . ولو أكلتهما فلن تتعرف عليهما . لكن سنشعر بطعميهما الحلو . لأن الطعام نتعرف عليه من نكهته.والطفل يهتدي الي أمه ويتعرف عليها من خلال شم رائحتها. ويستكين لثدييها من خلال رائحة هورموناتها . كما يلفظ الثدي كرد فعل للرائحة . وكل شيء حولنا له رائحته المميزة التي نتعرف عليه من خلالها كالمطخ أو الأثاث أو الحجرات أو المكاتب. و قد يولد بعض الأشخاص وحاسة الشم والتذوق لديهم ضعيفة . وقد يفقدون هاتين الحاستين بسبب العدوي للجهاز التنفسي العلوي أو الاصابة في الرأس أو بسبب اضطرابات في الهورمونات أو حدوث مشاكل بالأسنان أو بسبب علاج الرأس أو الرقبة بالاشعاع أو استئصال الحنجرة أو بسبب اصابة الجهاز العصبي أو بسبب التعرض المستمر للروائح والتعود عليها أو للمبيدات أو دخان السجائر مما يظهر خللا يسبب عدم القدرة علي الشم أو التذوق للطعام . ويفيد الاقلاع عن التدخين في هذه الحالة .كما أن هناك عوامل أخري لها علاقة بالاقلال من قدرة حاسة الشم ومن بينها السن والحمل.

العلاج بالدفن في الرمال والطين

العلاج الطبيعي هو أحد التخصصات الطبية الهامة في منظومة التخصصات العلاجية التي تقدم خدمات مختلفة للمرضى في مختلف الأمراض والإصابات وغيرها من الاحتياجات الصحية.

وفي العلاج الطبيعي استخدمت وسائل كثيرة منذ الخليقة منها التداوي بالمصادر الحرارية والباردة من خلال الكمادات وكان قدماء المصريين يعالجون بعض الحالات بالدفن في الرمل الدافئ أو الساخن، استخدم الطمي من مصبات الأنهار وبعض الرمال المحتوية على عناصر معدنية وبرز كثير من القدماء في استخدام أساليب علاجية تعتمد على الحث الداخلي للقدرات الطبيعية الجسمية طورت هذه المفاهيم في مراحل وحقب زمنية متتابعة وأخضعت في العصور الحديثة للعلوم التجريبية والطرق البحثية للتأكد من فعاليتها وسلامتها والاستفادة منها ومن ثم تطويرها، وظهرت الحاجة الماسة أكثر خلال القرن المنصرم عندما أصابت الكوارث الناتجة عن الحروب كثيراً من البلدان على مستوى العالم .



ويؤكد الخبراء الشعبيون أن الرمال لها مفعول السحر في علاج الأمراض الخاصة بالعظام والأعصاب، وأنها تختلف عن أي علاجات أخرى موجودة في العالم. فمن المعروف أن درجة الحرارة في واحة الشرق الأوسط على طوال العام لا تقل عن 30 درجة مئوية خلال فصل الشتاء، وتصل إلى أعلى معدلاتها خلال فصل الصيف حيث تتراوح بين 35 و38 درجة مئوية.

وقد حار العلماء والأطباء حتى الآن في تفسير هذه الظاهرة العلاجية. بعضهم يؤكد أن السر يكمن في قدرة هذه الرمال على الاحتفاظ بحرارتها مدة طويلة، والآخر يؤكد أن السر في الذرات الكهرومغناطيسية المتأينة حول ذرات الرمال والتي تتفاعل مع الأشعة البنفسجية للشمس، فتحدث هذه الآثار الطبية المعالجة للحالات المرضية .

أما مراسم العلاج فتبدأ بإطلاع المعالج أولا على التحاليل الطبية للمرضى لمعرفة مدى قدرتهم على تحمل الدفن، وبعدها تبدأ الطقوس للدفن حيث يقوم مجموعة من السيويين برسم دائرة كبيرة في الرمال وتحديد منتصف الدائرة لبدء عملية الحفر، وغالبا ما يتم في الصباح الباكر بعد أن يبيت المريض في خيمة أعدت خصيصا لتجهيزه قبل عملية الدفن. وتظل الحفرة مفتوحة منذ بزوغ الشمس حتى

الساعة الثانية والنصف ظهرا، حيث يقوم المعالجون بإنزال المريض داخلها وإهالة الرمال عليه بطريقة تمنع دخول الهواء إلى الحفرة، ويوضع غطاء واق من أشعة الشمس على رأس المريض حتى لا يصاب بضربة شمس، ويترك المريض داخل الحفرة مدفونا بالرمال فترة ما بين 10 إلى 15 دقيقة حسب قدرة تحمله لدرجة حرارة الرمال، وبعدها ينقل المعالجون المريض إلى خيمة أخرى لها مواصفات خاصة حيث لا يتعرض داخلها المريض للهواء ويمكث خلالها من ساعتين إلى ثلاث ساعات.

ويحظر على المريض أثناء وجوده داخل الخيمة شرب الماء البارد أو تناول أي مأكولات إلا بأمر المعالج نفسه، ويقوم مساعدو المعالجين بتقديم أكواب من الحلبة الساخنة طوال فترة وجوده داخل الخيمة، وبعدها يتم لف المريض بغطاء ثقيل (بطانية أو اثنتين) حتى يصل إلى إحدى غرف النوم المغلقة ليرتاح فيها، ويأتي بعد ذلك دور هام جدا مرتبط بالعلاج وهو عملية تدليك جسد المريض بزيت الزيتون الدافئ ويترك المريض بعد ذلك فترة يمكنه فيها تناول وجبة رئيسية يقررها له المعالج حسب البرنامج الغذائي لكل مريض، وتتكرر عملية العلاج التي تنتهي بالوجبة مدة ثلاثة أيام متتالية داخل الخيمة المخصصة.

ويحظر المعالجون على المرضى بعد عملية الدفن أن يتعرضوا إلى أي تيارات هوائية أو الاستحمام طيلة أيام الدفن، وحتى مرور 20 يوما بعدها، كما يحذر المعالجون من ممارسة الجنس بعد انتهاء الدفن مباشرة، على أن يجب ترك فترة مناسبة من الأيام يمكن للمريض بعدها أن يمارس حياته الطبيعية مع التزامه بعدم تخفيف ملابسه حتى تتحسن حالته.

العلاج الروحي

العلاج الروحاني:

هو علاج مفارق وملتقي مع العلاج البدني الصحي، والنفسي السلوكي.
وله مراحل :أضعفها الريح الساكن، وأعلاها العارض ، والريح الأحمر الذي يسكن في الرأس.
وهذا العلاج هو إعادة البدن والنفس والروح إلى حالة الإستواء والإندماج في المجتمع الإنساني بحدود النشأة الطبيعية، والتآزر السليم في الأذى، والتدامج الإجتماعي حسب النمط المتعايش به في بيئة الشخص المعالَج.

أما أنواع العارض :

فهو عارض سفلي مثل الزواحف ، وهو أهم الأنواع.
وإما عارض أرضي من عالم الجن المحيط بالإنسان .
أو عارض علوي قريب من الملاك، راقٍ عند عالم الجن.
والعارض والضارب كلاهما واحد، من الجن الذي يتحد أو يقرب من ذلك مع الإنسان.
وقد يكون ملازماً له بشكل دائم. وقد يكون موسمياً يأتي باليوم مرة، أو بالأسبوع مرة، أو بالشهر مرة... أو مكاني، أي عندما يدخل إلى بيت ما يصاب بإرهاق وضياع، وترى أحوال الإنسان الملتاث أي المصاب، يفقد التوازن العام .

وللوصول إلى معرفة العارض أو الضارب ، أو معرفة العمل والعلاج الروحاني ، على المعالج أن يعرف قبل ذي بدء:

1- العلاجات الطبية البدنية
.
2- العلاجات الطبية النفسية.

أما الطرائق المتبعة في هذا لا يكون بالضرورة على مقاعد دراسية، طبية أو نفسية أو عيادية، وإلا فإن المعالِج هنا يحتفظ لنفسه بالإختصاصات الأولية ويستغني عن العمل بالعلاج الروحاني.
لذلك يتبع الطرائق العلمية في الإرتقاء الروحي والوصول إلى مبتغاه من خلال الرياضة والدراسة الروحية. وعند الوصول إلى الورد المعهود والفتح الموعود له ومؤاخاة الملك المؤيد والمسدد له. يسأل الملك عن الأساليب العلاجية البدنية الصحية ، وعن موازين الصحة النفسية وحدودهما. وكذلك بيان الأمراض أو الإلتياثات الروحية ن ومداها، وكيفية علاجها.

أما الكيفية العلاجية هي كانت منذ أبينا آدم (ع (وحتى أيامنا وستبقى إلى قيام الساعة. وهي علاج يراعي الظروف الصحية، ويراعي الظروف النفسيّة، ولا يُتناسى ولا يُهمل ذلك أبداً، ولا يغدر بالناس بأن الذي عنده أمر صحي، لا يبين للناس ولو بالحجة الدامغة أو السيطرة المعرفية أن هذا المصاب عنده ضارب أو عارض روحي، وبالمختصر يقوم المعالج الروحاني بمقدمات لكل من وُكِل به عارض

بحديث يسمعه العارض، وهو فرصة الخروج بلا طرد أو جزر أو قتل أو حرق؛ بأن يُعطى المريض 24 ساعة ليعود للمعالج، ومن بعد ذلك يبدأ بإحضار البخور وإطلاقه.

-ومن ثم إبعاد عُمّارْ المكان والطلب أن يساعدوه في عمله لإخراج العوارض.
-إقامة ثلاث جلسات في ثلاثة أيام متوالية، كل جلسة هي عبارة عن قَسَمْ لإخراج العارض وعدم الإعادة إلى البدن وذلك بنداء (قَسَمْ الشمس) الذي يسبقه قراءة مائة آيه من القرآن الكريم (هذا عند المسلمين)، وتحصين البدن في الثالث أي إقفال مداخله بأرقام وعبارات تمنع دخول الجن إليه .

-وإن لم يخرج العارض منه يتغير نوع البخور إلى بخور الشرّ (كما يسمى) أي بخور الحرق يحرق به العارض فيستغيث، ولكن لا نحدّثه ولا نقترب إليه ولا نسأله ولا نجيب على سؤاله ..لماذا؟ لأنه زيت خرج من مكان (من البدن). عندما نحدثه أو نتحدث إليه يرجع ويتثبت ويطمئن. وعلى المعالج أن يكون صابراً ومثابراً، ولا تحكمه نزواته ولا نزاعاته ولا الأمور المالية المادية. فقط لأن الإنسان الذي بين يديك هو الشبيه لك وهو نظيرك في الخلق وهو أخوك في الإنسانية وقد يصدق عليك ما صدق عليه.

فلذلك فإن المعالج عليه مسؤوليات صعبة وهموم، عليه تحملها وتقبلها، وآلام عليه الصبر بها ومجّها. وهذا الأمر الذي يكون على الملتات باب من ثلاثة أعمال هي: (العمل الرصدي الضارب، والسحر والعقد)، وكل ذلك تناحر وإستقواء بعالم الجن.
-وهناك حالة خاصة بصاحب العلاقة يدخل الجن بلا عمل وذلك بما كسبت يداه وهو الذي جنى على نفسه كمن يرغب في البغاء، والإنحراف الجنسي، والإنحراف الأخلاقي والبعد عن الخالق كما يقول الله تعالى: "ومن يعشُ عن ذكر الرحمن نقيّض له شيطاناً فهو له قرين"..."وشاركهم في الأموال والأولاد وعدهم وما يعدهم الشيطان إلا غروراً"..."يراكم هو وقبيله ولا ترونهم."

*إن العلاج الروحي هو غير العمل السحري. إنه إختصاص معقد يقره العلم ويقره الدين والمذاهب الفلسفية والعلمية والدينية. كونه يحمل شروط التقوى وشروط الإنسانية ولا ضرر ولا ضرار فيه كونه مأخوذ عن السابقين من الأنبياء والرسل والأئمة والأوصياء والأبدال من النُّسّاك والزهاد وكبارالعلماء، الذين فتح اللّه عليهم وكشف لهم الغطاء. ومصادر عملنا إسلامّية بحتة كوننا مسلمين. ومن الكنسيين من يعمل ويتعامل بذلك، ومن الموسويين من يعمل بذلك، ولكن الفارق هو التعيين العلاجي .."وفوق كل ذي علم عليم."
*إن المعالج الذي كان على زمن الصدرالأول الإسلامي إرتقى إلى العلاج الروحاني، وإن المعالج الروحاني الذي كان على زمن دولة العباسيين روحانياً نفسياً بدنياً. وجرت الوتيرة ..ولكن الإرتباط بالمختبر الأوروبي والأميركي والروسي باعد بين الطبابة الروحانية وشياعها بين الناس وحل محلها الطبيب والصيدلي المحلف. ولكن هذه المهنة الشريفة وهؤلاء المعالجين لم ولن ينقرضوا عن الساحة الأرضية فهم في عالم الشرق منتشرون وكذلك في عالم الغرب منتشرون أيضاً، وهم يعلمون ويعرفون السحر والسحرة، ولكن هم ضد السحر والسحرة، وهم يعالجون مساوئهم وأعمالهم والفرق شاسع.
*إن العمل الروحاني إنطمس في تفسيره عبر الأيام... فخلطوا بين الروحاني من جهة، والساحر والشاطر والبهلواني وضارب الرمل وفاتح الكف ومحضّرالأرواح والمعيذ المستعين بالجن وعلم الفلك وإشارات لا مجال لشرحها، من جهة أخرى

(أو حجارة تعبد وأفلاك تحكم .(وخلطوا بينه وبين الفيلسوف، وبينه وبين الصوفي، وبينه وبين العرفاني .
*إن المعالج الروحاني هو مع تطور الإنسان حضارياً، ومع تطلعات الإنسان مع التنشئة الحسنة ومع النشأة السويّة. همه إخراج الإنسان من الظلمات إلى النور ومن الزاوية والوحشة والوحدة إلى العمل إلى الناس وإلى الحياة الإجتماعية والعملية والمهنية.

أساليب الروحاني:

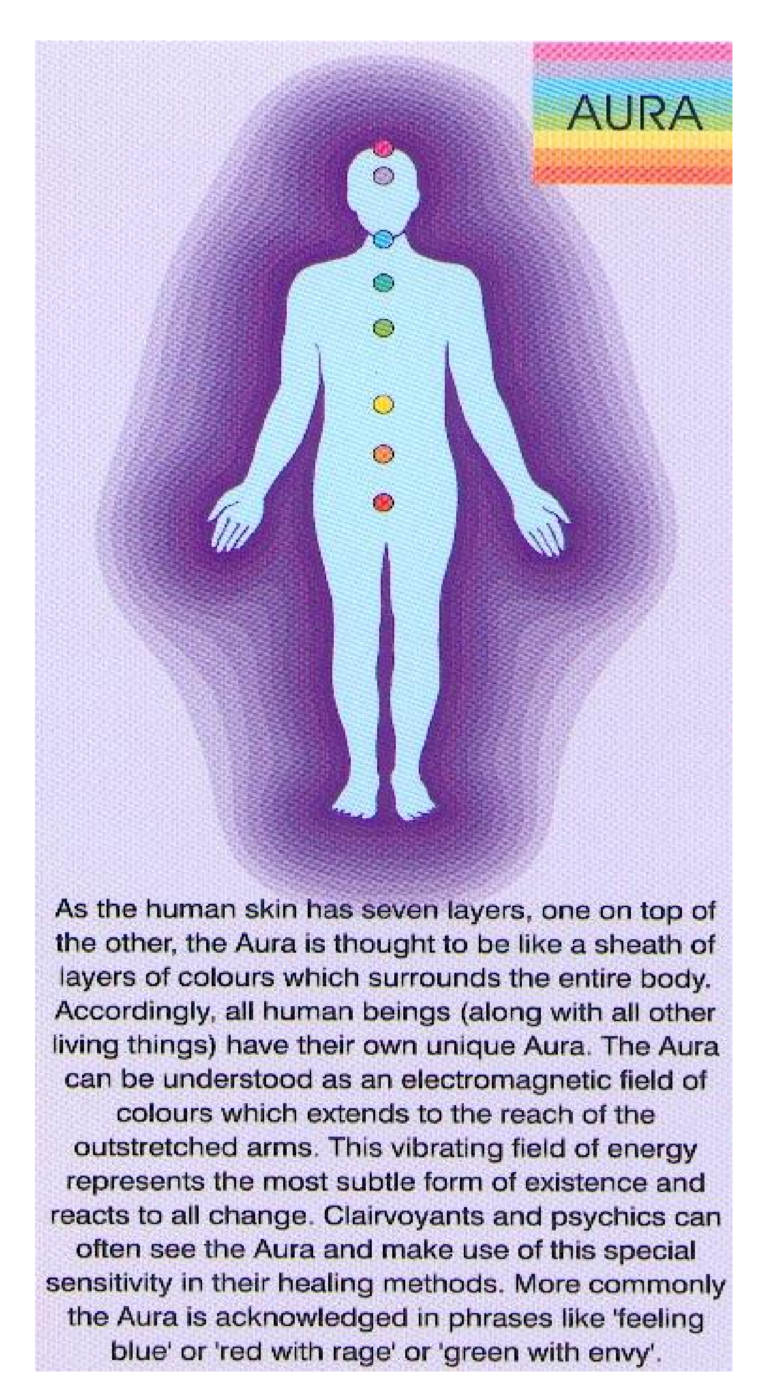
-1البخور ومعرفة أنواعه، مضارة ومنافعه.
-2النداء للزجر والحرق وقتل العوارض من الإنسان الملتاث.
-3تحصين بدن الإنسان.
-4الإستعانة للحصول على العشب المناسب كدواء لهذا الذي عنده بعض الفجوات في بدنه بعد إخراج العارض منه.
-5رفض المواد المضرة التي يتناولها الإنسان.
-6رفض أدوية تتلف الأعصاب ظناً من الطبيب لراحة المريض.
-7رفض الأدوية التي تأخذ مدة زمنية طويلة في تناولها.
-8وضع برنامج زمني للغذاء للحفاظ على الجهاز الهضمي الذي هو أساس الحياة.
-9إخراج العوارض وأثارها بشرب منقوع بخور معين لذلك يقتل العوارض ويصرفها.

*إن الآثار الفلكية تتفاعل مع بدن الإنسان وبصره وسمعه وحواسَّه، إبتداءً من تقلبات المناخ وإلى إختفاء القمرإلى قرب وبعد الشمس للكرة الأرضيّة .
*وكذلك حضور النجوم وغيابها، ولكن هذا الأمر لا يدخل في العلاج الروحاني بل يتماشى معه في بعض الأعمال العلاجية. ويتفارق معه في كثرة معلوماته ومدلولاته .

عندنا كثير من الحالات التي تركت بصماتها، حيث نجد أن (ن.م) كانت موضوعة في مأوى العجزة في بيروت، وستخضع لجلسات كهربائية، مع ما يؤتى لها من العقاقير التي ستدفنها قبل موتها. وعند الإنتهاء من شكاية الأهل لدينا، طلبتها وعلى كفالتي، وذلك وبعد السؤال والتحقق من أنها ليست مريضة، بل هي شُفيت وفيها عارض.
جئ بها وتمت معالجتها خلال مدة عشرة أيام. وخرجت من عندنا سليمة من الأذى، وهي الآن متزوجة وعندها بنت مولودة، وتقوم بخدمة بيتها وزوجها وإبنتها، وعندها ماعند الناس في الحياة العاديَّة.

العلاج بالألوان

مزج الله عز وجل جسم الانسان بعناصر وموجات كهربية وإشعاعات تتجانس مع الاشعة الكونية والموجات الكهرومغناطيسية والذبذبات اللونية ولكل شخص اشعاعات خاصة تختلف فى طول الموجة والتردد وعدد الذبذبات عن غيره تماماً كالبصمات وكل انسان يرسل الى الكون والاخرين اشعاعات خاصة به ويستقبل منهم اشعاعات أخرى فإذا كانت متقاربة نتج عن ذلك تفاهم ومحبة قوية واذا كانت متنافرة نتج عنها العكس



واللون عبارة عن طاقة مشعة لها طول موجى معين تقوم المستقبلات الضوئية فى الشبكية بترجمتها الى الوان وتحتوى الشبكية على ثلاثة ألوان هى الاخضر والاحمر والازرق وبقية الالوان تتكون من مزج هذه الالوان الثلاثة وعندما تدخل طاقة الضوء الى الجسم فإنها تنبه الغدة النخامية والجسم الصنوبرى مما يؤدى الى افراز هرمونات معينة تحدث مجموعة من العمليات الفسيولوجية وبالتالى السيطرة المباشرة على تفكيرنا ومزاجنا وسلوكياتنا

وللألوان تأثير على مكفوفى البصرتماماً كالمبصرين نتيجة لترددات الطاقة التى تتولد داخل أجسامهم وهذه الفكرة استخدمها الصينيون القدماء فى علاج الامراض وتسمى بال " فينج شوى " وأيضاً استخدم الفراعنة اللون الفوق الاخضر داخل الاهرامات لمقاومة الجراثيم وقتل البكتيريا وبالتالى المحافظة على المومياوات وتنقسم الالوان الى موجبة تمتاز بتفاعلها الحمضى واشعاعاتها المنشطة كالأحمر فى علاج فقر الدم والاكزيما والبرتقالى فى علاج الاكتئاب وفتح الشهية والاصفر فى علاج امراض الجهاز التنفسى والكبد و تحت الاحمر فى فقر الدم والسل و الاسود يعطى الاحساس بالقوة والثقة بالنفس ، ولكنه مثبط للشهية والالوان السالبة تمتاز بتفاعلها القلوى وتأثيرها المهدئ كالازرق يخفض ضغط الدم و تصلب الشرايين و النيلى ينشط الذاكرة و البنفسجى يمنع العدوى وجيد لأمراض فروة الرأس والصداع النصفى و البمبى مهدئ للعدوانيين لذا يستخدم فى مراكز علاج الادمان وغرف النوم والفوق بنفسجى يساعد على شفاء لين العظام والابيض يستخدم فى علاج صفراء حديثى الولادة وينفع مرضى الدرن الرئوى والاخضر يهدئ الآلام والانهاك وفوق الاخضر يقتل الجراثيم ويلحم الجروح وطريقة العلاج بالالوان تعتمد على اختيار اللون المناسب للمرض واحاطة الجسم به مكانياً بالجلوس فيه او بارتداء ملابس من نفس اللون وتأمله أثناء تركيز العقل على الجزء المصاب من الجسم جرب مع تمنيا تى للجميع بالصحة.

ما هو اللون ؟

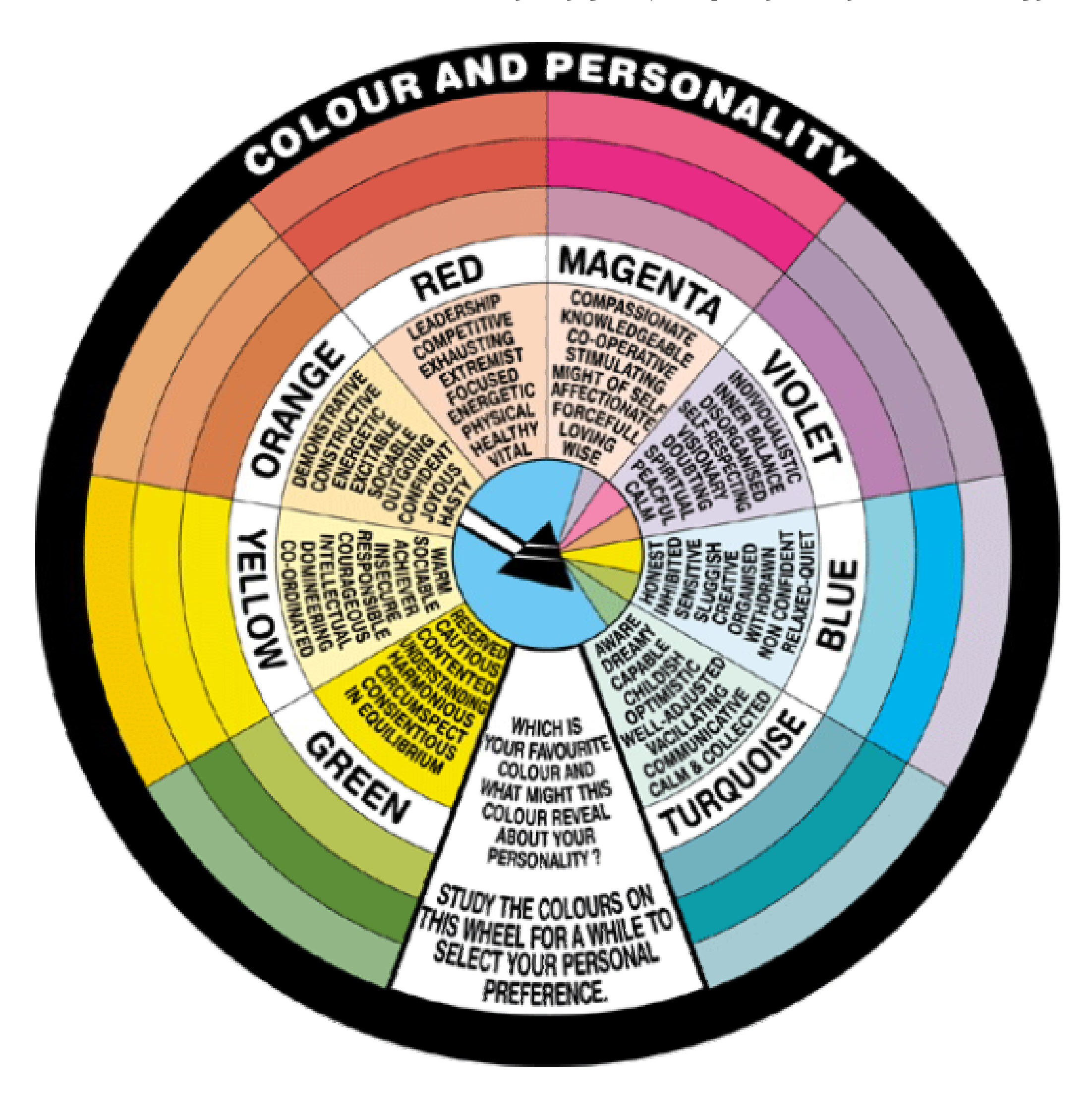
اللون ببساطة هو ضوء ذو أطوال موجية مختلفة .
نحن محاطون بموجات طاقة كهرومغناطيسية، والذي يعتبر اللون جزء صغير منها .
جميع الأشعة الكهرومغناطيسية غير مرئية للعين البشرية، إبتداءً من (الموجات الكونية) في أعلى جهاز الطيف الضوئي ونهايةً (بموجات الراديو) بإستثناء الموجة التي تقع في منتصف جهاز الطيف، في حين أن الضوء المرئي يقع في منتصف جهاز الطيف .
الرسم الهرمي يظهر ألوان الطيف السبعة مرتبة وفقا لتردداتها،أي أن اللون البنفسجي يقع في أعلى الهرم في حين أن له أقصر طول موجي وأعلى تردد، والاحمر في القاعدة مع أعلى طول موجي وأقل تردد. هذه الالوان يمكن مشاهدتها عن طريق تمرير الضوء من خلال الموشور. تسمى الألوان الثلاثة التي في أعلى الهرم (البنفسجي،الأزرق والنيلي)الألوان الباردة أ والألوان الإلكترونية وهي هادئة بشكل عام. أما الالوان الثلاثة السفلى) الاصفر،البرتقالي،والاحمر) فتسمى الألوان الدافئة أو الألوان المغناطيسية وهي بشكل عام دافئة ومنشطة. ويعتبراللون الاخضر هو اللون الموازن بين الاشعة الدافئة والباردة .
يستطيع الإنسان تمييز الألوان بواسطة حاسّات في شبكية العين يطلق عليها الإمتدادات المخروطيّة والإمتدادات العصيّة. وتتميز العصّية بأنها حساسة للضوء المنخفض في حين أن المخروطيّة والتي تتطلب كثافة أكبر من الضوء، تسمح بالتقاط الألوان، ثم تقوم بإرساله إلى العصب البصري ومن ثم إلى الدماغ.

تستجيب الغدتين النخامية والصنوبرية في الدماغ إلى الرسائل المرسلة من الخلايا والتي تحدد كمية وجودة للون المشع على الجسم، ثم تقومان بإفرازهرمونات تحاكي الغدد الأخرى. كل خلية في الجسم تحتاج طاقة ضوئية لذا فإن إنتشار اللون يؤثر على جميع أنحاء الجسم .

على الرغم من أننا نميز اللون بواسطة الرؤيا، إلا أننا نستطيع تمييزه أيضاً من خلال البشرة. ففي حال فقدنا البصر، يتكيف الجسم ويستقبل أشعة الضوء بقوة أكبر من خلال الجلد. وعلى الرغم من أن الجسم يحتاج فترة لكي يتاقلم، إلا أن الدراسات اظهرت أن الناس الغير قادرين على الرؤيا يستطيعون تميز الالوان.

بالطبع، نستطيع جميعاً ان نستمد طاقة الالوان على أختلاف ذبذباتها وهذه الطاقات تؤثر على مجال الطاقة الخاص بنا (الأورا .(

يمكن رؤية مجال طاقة الجسم أو(الأورا) فعلياً بإستخدام شاشة كيلنروالتي أخترعها الدكتور كيلنرقبل الحرب العالمية في أحد مستشفيات لندن.هذه التقنية تظهرمجال طاقتنا وألوانه وتستطيع إخبارنا الكثير عن وضعنا الصحي سواءً العاطفي أوالجسدي. ويمكن أخذ صور لماجالات الطاقة حول أقدامنا وأيدينا بإستخدام طريق إلكترونية عالية التردد تعرف بإسم تصوير كيرليان.



COLOUR HEALING

These colours can effectively bring relief from various problems.

MAGENTA

Fainting - Headache - Morning sickness - Migraine - Nausea - Stroke - Shock - Vomiting

VIOLET

Conjunctivitis - Earache - Menopause - Mental illness - Myopia - Neuralgia - Paranoia - Warts

BLUE

Acne - Anxiety - Asthma - Backache - Blisters - Bruises - Burns - Cough - Cramp - Dermatitis - Earache - Emphysema - Flatulence - Gallstones - German measles - Glandular fever - Hay fever - Hernia - Herpes - Hiccups - Influenza - Itching - Laryngitis - Lumbago - Mumps - Premenstrual tension - Sneezing - Sores - Sprains - Stammering - Stiffness - Stings - Stress - Sunburn - Tonsillitis - Toothache - Wheezing

TURQUOISE

Abscess - Acne - Asthma - Boils - Catarrh - Cold sore - Dermatitis - Eczema - Fatigue - Fever - Hay fever - Pneumonia - Stings - Stress - Swellings - Tension

GREEN

Angina - Chest pain - Gastric ulcer - Heart disease Peptic ulcer - Trauma - Tumours - Warts

YELLOW

Arthritis - Hepatitis - Jaundice - Rheumatism - Stiffness

ORANGE

Agoraphobia - Alcoholism - Arthritis - Common cold Constipation - Depression - Fatigue - Gallstones - Gout - Kidney disease - Liver disease - Rheumatism - Stiffness - Ulcer

RED

Anaemia, Cold, Leukemia, Numbness

العلاج بالأشكال الهندسية

هناك حقائق أقوى من الأساطير .. وأشبه ما تكون بالخيال، قد يصعب على المرء التسليم بمصداقيتها .. ولكن في النهاية تبقى حقائق .. ولا سيما إذا كانت تنطلق من نظريات عملية .. فلماذا لا نستفيد منها ؟

الدكتور المهندس : إبراهيم كريم عالم مصري أثار ضجة في الأوساط العلمية العالمية بعد أن حصل على براءة اختراع لعلم جديد يوضح من خلاله تأثير الشكل الهندسي على طاقة الإنسان ، ويقول إنه علم شمولي تمد تطبيقاته إلى النبات والحيوان ، أسماه علم "الهندسة الحيوية" وسماه آخرون "طب الفقراء"
والدكتور المهندس إبراهيم كريم يشغل منصب مستشار بوزارة البحث العلمي في مصر ، ومع خبرته العملية ، نجح في إنجاز أكثر من اختراع مهم .. "اليمامة" حاورت الدكتور المهندس كريم عن إنتاجه وابتكاراته حوارا شاملا وعميقا.

الهندسة الحيوية :
وصفه د. م . إبراهيم بأنه علم شمولي يرتبط أساسا بالهندسة ولكن من المهم أن يكون 95% من عمل المهندس فيه موجها إلى صحة الإنسان والبيئة ، يرى أن للأشكال الهندسية علاقة مباشرة بإصابة الإنسان بأمراض المناعة ولقد ثبت علميا أن للبيئة صلة مباشرة بشقاء الإنسان .
يرى د. م. إبراهيم كريم أن هذا العلم يعتبر من العلوم المكملة للطب على الرغم من أن استخداماته .. وسهولة تطبيقه هي أقوى من أفلام الخيال العلمي .
"بيوجيومتري" هو العلم الجديد الذي توصل إليه وحصل على براءة الاختراع فيه الدكتور المهندس والعالم العربي إبراهيم كريم .

***سعادة الدكتور لابد لنا في البداية أن نعرف هذا العلم كي نقدمه بشكل مبسط للناس ؟**

ـ هو علم الأشكال الهندسية الحيوية ، وهو أسلوب استعمال الأشكال الهندسية في شكل مجسمات أو رسومات بحيث تتفاعل مع الطاقة الموجودة حول جسم الإنسان ، ومن خلال هذا التفاعل تنظم كل ما هو موجود في الجسم من وظائف ، فهي لغة هندسية خاصة لتنظيم وظائف جسم الإنسان ، في البيئة الموجودة حوله . ي بمعنى آخر "التنظيم من الخارج إلى الداخل" وهي لغة نقوم من خلالها بتصميم أشكال هندسية تعيننا على تنظيم طاقتنا الحيوية ، مثلا بتصميم المنزل بشكل صحيح ويعتبر المنزل الغطاء الثاني لجسم الإنسان" نعمل على ضبط الطاقة في جسم الإنسان الذي يسكنه ورفع جهاز المناعة لديه وجهاز المناعة هو أقدر طبيب موجود داخل جسم الإنسان وضعه الخالق العظيم لحمايته ، وكذلك يمكننا استخدام التصميمات على الأجهزة الإلكترونية الحديثة "كمبيوتر – جوال – تليفزيون.. " ونستطيع من خلالها أن نضبط هذه الأجهزة وأن نضبط تأثير الموجهات الضارة والتي تحدث خللا في أجهزة الجسم الداخلية بما تحدثه من موجات سلبية

.

هي باختصار أسلوب بسيط لرفع مناعة الجسم فالخلل إما زيادة في الوظيفة ، أو نقص فيها لذلك تعتبره هذه الرسومات والتي حصلت على براءة الاختراع فيها وسيلة لإحداث التوازن في الأداء الوظيفي لكل أجهزة الجسم ، ولا يمكن أن تحدث ضرراً فهي أشكال "منظمة "

.

***ومتى كانت نشأة هذا العلم ؟**

ـ منذ ثلاثين عاما وأنا أبحث في هذا العلم ، وهناك شق في هذا العلم من ابتكاري وتأسيسي وهو علم" البيوجيومتري" ولكن الوصول إلى هذا الجزء مبني على قاعدة كبيرة جدا من العلوم الأخرى مثل "الجيوبيولوجي" ، والبايوبيولوجي" وهما علمان يختصان بقياس تأثير الطاقات المختلفة الناتجة عن الشقوق الأرضية والأنهار الجوفية وغيرها فلقد ثبت علميا أن الطاقات الضارة تحدث خللا في الجسم البشري وهي واحد من أسباب أمراض المناعة ، فإذا كان المنزل أو المبنى بشكل عام مبينا فوق قطعة أرض بها طاقة ضارة تتسبب في 80% من أمراض المناعة نتيجة للتعرض للطاقات الأرضية الضارة ولد تم اكتشاف مناطق أرضية لها طاقات ضارة وأخرى لها طاقات أرضية نافعة وقد تبين عبر التاريخ أن هذه الأماكن كانت مرتبطة بأماكن العبادة "الطاقة النافعة" والجديد عندي هو الطاقة الناتجة عن الأشكال الهندسية فحتى الآن كانت جميع الأبحاث تعمل على إيجاد أشكال هندسية تأخذ من المجالات التي حولها وتشع طاقة وهنا تبين أننا يمكن من خلالها توليد طاقة ، والجديد هو أنني حاولت إيجاد أشكال هندسية تنظيم الطاقة وإلغاء الخلل أينما كان داخل جسم الإنسان ولقد استمددت عددا من الأشكال بدراسة الطاقات من أماكن العبادة على مر العصور حيث وجدت في أماكن العبادة خاصية لم أجدها في الأشكال الهندسية الأخرى وهي خاصية إدخال الاتزان في المجال مرتبطا بالشعائر الدينية والروحية ، وبدأت البحث في هذا المجال ومن خلال الأبحاث الطويلة بدأت أجد أشكالا هندسية تدخل التوازن في كل شيء تتعامل معه ، وهو العلم الجديد واللغة الجديدة أو علم الهندسة الحيوية .

قبول واعتراضات ..

***هل يقوم هذا العلم على نظرية علمية ؟**

ـ بالطبع .. فشهاداتي العلمية التي حصلت عليها من أكبر الجامعات والمعاهد التكنولوجية ، وأن طبيعة عملي عمل بحثي بالدرجة الأولى فإن بدأت البحث في علم جديد فإنني لابد وأن أنطلق من خلال القاعدة العلمية ومن خلال المؤسسات العلمية البحثية ، وقد بدأت في الأبحاث مع مركز البحوث العلمية في القاهرة والموجود في وزارة البحث العلمي ، وقد كنت رئيسا لوحدة بحثية اشترك فيها مع مجموعة من رؤساء الأقسام للبحث في هذا العلم ، وحصلت على براءة اختراع علمية لهذا العلم ، وحصلت على جوائز في مؤتمرات دولية للمخترعين وبذلك يكون الشق العلمي والقاعدة العلمية هي الأساس في بحثي .

***هل هناك معارضون لهذا العلم ؟**

ـ لكل علم مؤيد ومعارضون في البداية وبالنسبة لهذا العلم بالذات أقول إنه علم غريب وله نتائج مذهلة لذا نرى أن الناس يتقبلونه بشكل مختلف ، والشيء الذي لا يصدق والذي يشبه الخيال نجد أن له معارضين ومؤيدين ، ولكن حقيقة ، إن ما حدث تجاه هذا العلم أنني وجدت أن له صدى كبيرا وأن هناك مساندة كبيرة له من أجل الاستمرار في الأبحاث وذلك من قبل دول وأشخاص ومؤسسات علمية ولقد خلف هذا العلم شعورا بالأمل لدى الناس لشعورهم أن هناك علما جديدا

بسيطا وغير مكلف سوف يساعدهم على التوازن ورفع درجة المناعة لديهم ، وأود هنا أنني أشعر بارتباط شديد بالناس وأن مساندة الأطباء لي شديدة فليس هناك تعارض بين الطب التقليدي وبين هذا العلم خاصة وأن هؤلاء الأطباء يعلمون أنهم يتعاملون مع إنسان له اسمه وسمعته في مجال البحث العلمي وسمعته التي انطلقت أيضا من مكتب استشاري هندسي له مكانته .

ليس طباً :!

*__هل اقتصرت تطبيقات العلم الجديد على مجال الطب فقط .؟__

ـ لقد سبق وأوضحت أن الفكرة الأساسية التي يقوم عليها علم الهندسة الحيوية هي ببساطة أن وجود شكل هندسي بالقرب من جسم الكائن الحي يؤدي إلى ضبط جهازه المناعي ، وأريد هنا أن أوضح أن عملي لا علاقة له بالطب وأن هذا العلم له صفة الشمولية ويتناول كل جوانب الحياة "إنسان، حيوان ، نبات ، بيئة ".. وأركز هنا على أن الأشكال الهندسية مهما صغرت أحجامها فهي قادرة على أن التحكم في طاقة "في مجالات الطاقة" وجلب طاقة كونية تساعد الجسم على ترتيب أجهزته لتصبح في أفضل حالاتها .

*__قلت "شكل هندسي" هل هذا يعني أي شكل هندسي يصلح لكل الناس وهل هناك أشكال هندسية تنصح باستخدامها ؟__

ـ ليس كل شكل هندسي ولكن هذه الأشكال تخضع للدراسة ، ولكن عادة ما يتم تصميم الأشكال المستخدمة في التطبيقات الطبية لهذا العلم بحيث يصبح وجودها بالقرب من الجسم طوال الوقت سهلا كان يكون خاتما أو سوارا أو قلادة ، ومن خلال تجاربي البحثية لاحظت أن المشكلة الرئيسية التي نواجهها في العصر الحديث هي ضعف الجهاز المناعي نتيجة للتلوث البيئي ، وتقوية الجهاز المناعي تعني الحد من خطر التلوث ومشكلات البيئة التي نعيش فيها عن طريق زيادة الفجوة بين درجة التلوث وقوة تحمل الإنسان ، مثلا ، يمكننا عن طريق ارتداء قميص عليه رسومات هندسية أن نرفع طاقة الجسم وتقوية جهاز المناعة . كذلك يمكن عليها الاستعانة بمفروشات عليها رسومات هندسية ، واستخدام أقمشة عليها رسومات هندسية للمفارش والستائر والأغطية لرفع جهاز المناعة وزيادة طاقة الجسم .

في عالم النبات

*__في واحد من اللقاءات ذكرت أن هناك فائدة كبيرة لتطبيق هذا العلم في مجال الزراعة ؟__

ـ أثبتت التجارب نجاح الأشكال الهندسية في رفع طاقة النبات واستطاعته الاستغناء عن المبيدات وما يترتب على استخدامها من مخاطر .

وفي التجارب قمنا باستخدام الأشكال الهندسية لتشكيل خزان المياه وتشكيل المجرى المائي ، وكذلك تشكيل الممرات حول النبات وهي جميعها تشكيلات هندسية بسيطة وغير مكلفة على الإطلاق تزيد من طاقة النبات ولقد نتج عنها الآتي :

ـ لاحظنا أن النبات كبر بشكل واضح .

ـ استمرت فترة أطول محتفظة بشكلها حتى بعد قطافها ، وهذا يجعلها تستغني عن الكيماويات التي تستخدم لحفظها عند التصدير .

بعض المحاصيل التي أجرينا عليها التجارب مثل : البطاطا الحلوة – عش الغراب – النعناع – وعدد من الزهور .

لقد تم تجربة زراعة نبات البطاطا الحلوة في مياه مالحة بعد تقوية مناعة النبات

من خلال شكل هندسي مدروس ، فنمت البطاطا في المياه المالحة بينما فشلت كل تجارب زراعتها دون الاستعانة بالشكل الهندسي فالمياه المالحة لا تصلح للزراعة كذلك أجرينا تجارب على "عش الغراب" وهو من النباتات شديدة الحساسية والضعف أمام الآفات ، قمنا بزراعته داخل شكل هندسي وآخر بدون الشكل الهندسي ، فلاحظنا أن البكتريا ابتعدت وأخذت في الانكماش بعيدا عن النبات المزروع داخل الشكل الهندسي أما الآخر فقد قضت عليه البكتيريا ، كذلك لاحظنا أن عش الغراب قد أصبح أكبر ، وأكثر لمعانا وأكثر قوة داخل الشكل الهندسي وبقى صحة فترة أطول ، ومن المعلوم أن صحة النبات واستغناءه عن الكيماويات والمبيدات يكسبه طاقة شفائية للإنسان والحيوان .

ولكن هذه التجارب يجب أن لا تجعلنا نتصور أن العمل سوف يكون سهلا وإنما يتطلب العديد من التجارب والاستمرار في الأبحاث وتطويرها في مجال الزراعة . كذلك هناك تجارب على تربية الحيوان واستخدام الأشكال الهندسية في حظائر الحيوان وفي قنوات الطعام والشراب وجدنا أن الحيوان تتحسن صحته وتقوى مناعته ووجدنا أنه يمتلك طاقة شفائية علاجية للإنسان . إذن هي دائرة تبدأ وتنتهي بالإنسان .

أنا مؤسس شق من علم الهندسة الحيوية لكنني استفدت من علوم أخرى إنه طب الفقراء لأنه بلا تكاليف !!! أبحث منذ 30 سنة ، أما الاكتشاف فتحقق هذا العام فقط ..

أخطار التقنية

*__هل يصبح العصر القادم هو عصر العلاج بالهندسة ؟__

ـ هذا العلم مكمل للطب التقليدي ، أنا عالم أسير بالأسلوب العلمي ولذلك إذا كان لدي أي نتائج فأذهب إلى الأطباء وللمعاهد والجامعات وأطلب منهم أن يجربوه وأن يعرضوا نتائجه للعالم وجعله مكملا للطب التقليدي ، أنا لا أتدخل في الأمور الطبية ولكن أقول إذا كان هناك مريض مسن يقبل على إجراء عملية وهو بحالة صحية غير جيدة ومناعته ضعيفة إذن ماذا يفيدنا لو ألبسناه سوارا من البلاستيك والتي تستخدم عادة في المستشفيات بعد إضافة الرسومات الهندسية عليها . فسوف ترفع درجة مناعته وتحدث توازنا في طاقته ، وتعطيه فرصة في الشفاء أسرع. إذن أنا أقول إنني أدخل من خلال هذا العلم كجزء لا يتجزأ من الطب ولكن ليس بديلا .

قد يأخذ مريض السرطان العلاج الكيميائي والذي يؤدي إلى تدمير الجهاز المناعي .. فلو أننا حاولنا زيادة مناعة مريض السرطان لاستطاع أن يتحمل جرعات أكبر من العلاج الكيميائي دون أن يشعر بالمضاعفات والآثار الجانبية المترتبة على استخدامه .

*__كيف يمكن مواجهة الأخطار الناتجة عن التكنولوجيا__ : __"كمبيوتر – جوال – تلفزيون – أدوات كهربائية" بواسطة هذا العلم ؟__

ـ التكنولوجيا في الظاهر هي لراحة الإنسان ولكنها في الحقيقة تتعامل مع طاقة كهربائية لاسلكية وموجات أعلى بمئات المرات من الطاقة الموجودة في جسم الإنسان ، هنا أريد أن أشبه الطاقة الموجودة في جسم الإنسان "بالنسيم" والطاقة الناجمة عن هذه الأجهزة "بالزوبعة" فكيف للنسيم أن يتعامل مع زوبعة دون أن تختل موازين الطاقة لديه ؟ . وهنا أقول إننا لا يمكن أن نقف في وجه التكنولوجيا ..ولا أن نطالب بالعودة إلى الطبيعة .. بل علينا أن ندخل العصر

التكنولوجي ونطوره .وبدلا من أن تكون تكنولوجيا لراحة الإنسان على حساب الإنسان وصحته .. تصبح لراحة الإنسان ولحساب أي تدخل في عالم التكنولوجيا لتضيف عنصر صحة الإنسان ، عندها نكون قد دخلنا إلى عالم تكنولوجي غير ضار.

للشكل حدود

***هل إضافة شكل هندسي على أجهزة الهاتف النقال يلغي الآثار السلبية المترتبة على استخدامه ؟**

ـ الأشكال بوجه عام تحدث مجالات طاقة معينة حول جسم الإنسان ، والأشكال التي توضع على الهاتف هي أشكال مدروسة "كالاسبرين مثلاً" فهو ينفع كل الناس ولذلك يمكن تصميم هذه الأشكال وتصميمها كي تستعمل لكل الناس .

***هل إضافة شكل هندسي على جهاز الكمبيوتر أو وضعه بالقرب منه يلغي أضراره ؟**

ـ إن وضع شكل هندسي على جهاز الكمبيوتر لا يلغي أضراره ، ولكن هذا الشكل يتعامل مع الإنسان ويمنحه قوة أكبر وأكبر وبالتالي يصبح تأثير الجهاز عليه أقل وأذكر هنا أنني كنت أقوم بتجارب على الأشكال الهندسية في وزارة البحث العلمي عندما قال لي أحد الأطباء طالما أن هذا الشكل يلغي مضار الأشياء فسوف أضع سجائري بداخله . وبالفعل أدخل سجائره داخل الشكل الهندسي ، وبعدها أخذ السيجارة وأشعلها ولكنه ذهل حين وجد السجائر بلا طعم وأخف كثيرا مما تعود عليه .وهنا أقول إن السجائر لم تتغير ولكن خفف من الإحساس بها وذلك من خلال رفع مقاومة الجسم لهذه المضار فالإحساس بطعم السجائر أصبح أقل بكثير .

هناك أيضا حالات محدودة أجرينا عليها تجارب لشباب رياضيين يقيسون عليهم كمية النيكوتين للشباب المدخن وغيرهم من غير المدخنين والموجودين في مجال أو بيئة مدخنة ، وحين ارتدى هؤلاء الشباب الشكل الهندسي وبعد القياس وجدنا أن لا أثر للنيكوتين في صدر الشباب المدخن ، لم يذهب بالطبع أثر النيكوتين ولكن الذي حدث أن جهاز المناعة تعامل مع النيكوتين عند دخوله للجسم وقاومه ، ولكن هذه النتائج تحتاج إلى تجارب أوسع وأوسع لتأكيدها كذلك هناك تجارب على حالات غريبة مثل التهاب الكبد الوبائي ، ومدني المخدرات وتجارب على مدارس الأطفال الذين يعانون من الإعاقة الذهنية وهذه التجارب لها نتائج جيدة ومطمئنة ونحن لازلنا نواصل البحث للوصول إلى نتائج أفضل خاصة في مجال تجارب معاهد الأطفال المصابين بالإعاقات الذهنية . أود أن أقول إن هذا العلم يصلح للتطبيق في كل مجالات الحياة .

تصميم المنازل

***هذا العلم ينصح باتباع أسس معينة عند بناء المنزل .. ماذا عن البيوت الموجودة .. كيف يمكن الاستفادة من هذا العلم لتصحيح ما يمكن وجوده من عيوب هندسة فيها ؟**

ـ اليوم تم اكتشاف أن 80% من أمراض المناعة وخاصة السرطان سببها بيئي ولا يعرف كيف تنشأ وأي إنسان يحمل هذا المرض ، فغالبا ما يكون قد تعرض لإشعاعات ضارة في البيت أو العمل أو في أي مكان بقي فيه لفترة طويلة ، في أوروبا وأمريكا أصبحوا يستعينون بمتخصصين لقياس درجة الإشعاعات في أي مكان قبل بناء أي مبنى ليمكن تفادي مضار هذه الإشعاعات وفي بولندا مثلا وضعوا يافطات "لافتات" مكتوب عليها (أماكن إشعاعات ضارة) كي لا يقوم الناس بالبناء في هذه المنطقة ، ونحن من خلال هذا العلم نستطيع إلغاء هذه الإشعاعات

الضارة من خلال وضع أشكال هندسية في هذه الأماكن لضبط الطاقة ، ونذهب إلى أي بيت أو مبنى يعاني أصحابه من مرض مناعي لمعرفة مناطق الخلل ثم نقوم بإصلاحه ، وغالبا ما يكون مصدر الخلل سيئا وموجودا في مكان ما في البيت يحدث إشعاعات ضارة حتى وإن كان أسفل السرير حيث يقضي الإنسان ساعات طويلة في النوم .

في هولندا حدث هناك مشكلة بكلية الهندسة لوجود منطقة إشعاعات ضارة لمبنى مكون من ستة طوابق حيث كان الطلبة يعانون من التعب والشتات الذهني والصداع كلما دخلوا هذا المبنى ، وحين أحضر مختصين في هذا المجال قالوا لهم كان من الضروري أن تستشيرونا قبل بناء هذا المبنى لأنه قائم فوق مساحة إشعاعات ضارة ، طلبت مني إدارة الكلية الحضور لدراسة المبنى وإمكانية تعديله عن طريق الأشكال الهندسية ووفقني الله في ذلك ، وقررت كلية الهندسة أن يكون مشروع السنة للكلية متعلقا بهذه الحالة وطلبوا مني أن أعلم الطلبة كيفية القياس والتطبيق ومعرفة مدى التعامل مع الطاقات الضارة من خلال الشكل الهندسي .

كان حلماً

***هل باستطاعة أي منا وضع شكل هندسي في البيئة لرفع درجة المناعة وضبط توازن الطاقة في جسمه .**

ـ ليس كل واحد باستطاعته أن يفعل ذلك فالمسألة مدروسة وتحتاج إلى قياس ونحن الآن نقوم بتدريب فريق عمل نتمكن من خلاله وضع التصميمات وإصلاح الخلل الموجود في أي مبنى وهذا يحتاج إلى وقت ونحاول في نفس الوقت إدخال هذا الجزء من العلاج إلى مصحات وعيادات ومن أجل ذلك نعمل على تجهيز فريق عمل وهذا يحتاج إلى فترة زمنية لا تقل عن سنتين .

***هل كان هذا العلم بحاجة إلى 30 عاما من البحث للوصول إلى هذه النتائج ؟**

ـ إن كل ما نعيشه الآن من إنجازات كان مجرد أحلام في عقول العلماء يصعب علينا تصديقها ، ونحن منذ ثلاثين عاما لم نكن مهيئين لتقبل هذا العلم لذلك قمت بالأبحاث طوال هذه السنوات في سرية تامة إلى أن رأيت المناخ ملائما ولقد اعترف الغرب بهذا العلم ، وفي وطننا العربي وفي مصر بشكل خاص وصل العلماء والأطباء إلى حد القناعة به خاصة وأنه موجود في حضارتنا الفرعونية منذ آلاف السنين ، ولقد حرصت أن تكون أبحاثي في نطاق ضيق طوال هذه السنين ولم أخرج إلى العالمية إلا في هذا العام ، والآن لدي مكاتبات من مختلف دول العالم وألقيت محاضرات وندوات حول هذا العلم في جامعات عالمية وتلقيت عروضا لمواصلة هذا البحث تحت رعاية هيئات ومؤسسات عالمية كبرى .
مستجدات دائمة

*ما **هي آخر الأبحاث في هذا المجال ؟**

ـ العلم ليس له آخر .. ولقد وصلت إلى كم هائل من التطبيقات العملية لهذا العلم في جميع العلوم ، ولكن لم أعلن عنها وستستمر الأبحاث بإذن الله ، وهنا أقول إن الأشياء القليلة أو النتائج القليلة التي توصلت إليها حتى الآن صعب على الكثيرين استيعابها أو فهمها .. فما بالك بالقادم من النتائج .

***هل هناك ضرر من ارتداء شكل هندسي بدون دراسة لنوع الطاقة المتعلقة به ؟**

ـ الأشكال الهندسية تشكل طاقة معينة إما ضارة .. أو نافعة فهي إما تزيد من طاقة الإنسان أو تخفضها . فإذا استخدم الإنسان شكلا هندسيا يزيد من الطاقة وهي عالية عنده فهي تضره .. وإذا استخدم شكلا هندسيا يخفض الطاقة وهي منخفضة عنده أيضا تضره ، لذلك أقول إن الأشكال الهندسية مدروسة وعلى المهتمين بهذا العلم أن يقوموا بتعلم مفرداته .

*__وما هو ردك على من هاجموا هذا العلم ووصفوه بالسحر والشعوذة ؟__
ـ إن هذا العلم مدروس وقائم على نظريات علمية ونحن نستخدم أشكالا هندسية لا هوية لها تساعد على إحداث التوازن في الجسم ، قد تساعد في الحماية من السحر أو الشعوذة لأنها تقوم بإلغاء المجال المغناطيسي الذي قد يستخدمه المشعوذون في أعمال السحر .

*__هل لهذا العلم علاقة بطب أو هندسة الفراعنة ؟__
ـ ليس له علاقة مباشرة فهو مبني أساسا على علم الفيزياء المدنية .
علاقته بالفراعنة تأتي من كونهم أول من تعامل مع الأشكال الهندسية بأحجام كبيرة منذ آلاف السنين ، فإذا كانت حضارة تاريخها يرجع إلى 3000 سنة تعاملت مع الشكل الهندسي فإنها بالتأكيد قد وصلت إلى نتائج وحقائق حتمية ولكن بالتأكيد الأسلوب قد اختلف ، ولكن بالعلم الموجود عندي عندما أذهب إلى الأشكال الهندسية التي أتعامل معها وأذهب للبحث في الآثار التي تركها الفراعنة اكتشف أنهم كانوا يعلمون كيف يتعاملون مع الطاقة من خلال الشكل الهندسي ولكنهم قطعا كانوا متقدمين جدا وإننا لم نصل إلى ما وصلوا إليه منذ آلاف السنين ، ولكن أجد الجميع يربطون ما بين هذا العلم وبين الفراعنة لأن الشكل

الهندسي مرتبط في أذهان الناس بالهرم ، والأهرام تعني الحضارة الفرعونية ..
وقد يأتي الربط لأنني مواطن مصري .
الأشكال الهندسية ترفع طاقة النبات عن الأسمدة
لهذا العلم الجديد آثار كبيرة في مجالات الطب والزراعة والصناعة 80% من أمراض السرطان سببها بيئي

للفقراء .. لماذا ؟
*__لماذا أطلقت على هذا العلم "طب الفقراء" ؟__
ـ لأننا نحاول توصيل هذا النوع من العلاج بعد التجارب لأكبر عدد من الناس وبدون تكلفة ، فهناك مناطق نائية يسكنها أناس قد لا نعلم عنهم أو عن حياتهم وأمراضهم ومعاناتهم أي شيء إلا حين وقوع كارثة في المنطقة التي يعيشون فيها إذا عندها تسرع منظمات الأمم المتحدة وهيئات الإغاثة لتقدم الغطاء والكساء والطعام لهؤلاء الناس .
لذلك أعطيناهم هذا النوع من العلاج الذي لا يكلفهم شيئا ويعينهم على الشفاء حتى ولو كانت بنسبة 40-50% فهو خير .
ولقد رأيت العديد من الأفراد الذين أجرينا عليهم الدراسة بعد حصولهم على نتائج مذهلة قد قدموا تبرعات سخية للبحث وللتطوير في هذا المجال وطلبت مهم أن يمنحوا الطبقة الفقيرة فرصة للتعامل مع الأشكال الهندسية والسبائك وهذا كله خير ، ولقد وجدت استجابة كبيرة من هؤلاء الناس ومن العديد من المؤسسات لدعم هذا العمل الخيري .
وأن التفاف الناس حولي زادني إحساسا بالمسؤولية تجاههم وتجاه هذا العلم الذي لازال يخبئ لنا الكثير والعديد من الآمال فهو كما قلت علم شامل ففي

العادة أن من يكتشف نوعا من الدواء يستحق جوائز عالمية ، إلا أنني وجدت نفسي في موقف أصعب ومسؤولية أخطر لأن هذا العلم قدم نتائج مذهلة للعديد من الأمراض التي لم تتجاوب مع أي من الأدوية "طنين الأذن- فيروس سي وهو التهاب الكبد الوبائي – الصرع – ضعف المناعة" وقد ظهر ذلك من خلال النتائج قبل وبعد تطبيق هذا النوع من العلاج .

*كلمة أخيرة ؟

ـ هناك علوم مبنية على التخصص ، وتخصص التخصص والإنسان كلما تخصص أكثر يعلم أكثر عن شيء اقل ، والعلم الشمولي يجعلنا نعلم أقل ونرى أكثر وأكثر .
)وما أوتيتم من العلم إلا قليلاً (صدق الله العظيم.

العلاج بالكي بالنار

الكي من الأدوية الخاصة التي قد يحتاج إليها في بعض الأحيان ،ولكنها ليست كدواء دائم ،وقد كرهه الرسول صلى الله عليه وسلم ،ولكنه لم ينه عنه ،والكي كعلاج يرجع أخذه ووصفه إلى الثقات من الأطباء ،على أن يكون في آخر الأدوية .

منذ القدم، شعر الإنسان أن حاسة اللمس من خلال الجلد، تحتل أكبر مساحة في جسمه، وهي من أهم الحواس التي تفصل ما بينه وبين محيطه الخارجي، وعندما عرفت فوائد الكي، وتبلورت العلاقة ما بين المحتوى الداخلي والخارجي للجسم، راح الإنسان يستخدم هذه الوسيلة لعلاج بعض الأمراض بطرق أولية، تعتمد على مبدأ تسخين الحديد بالنار لدرجة الاحمرار، ومن ثم كي الجروح لقطع النزيف الدموي، أو كي المناطق المريضة، وذلك حسب نوعها ومكانها ودرجتها.

ومع تقدم الزمن وتطور العلم والطب الحديث، تطورت أدوات ووسائل الكي، وتنوعت مجالات استخدامه، وظهرت الكهرباء بدل النار، وعرفت أشعة الليزر كإنجاز علمي كبير، يساعد في كي أصغر المساحات في الجسم كافة والتي، تعجز عنها الوسائل الأخرى.



الكيّ في الماضي:

قبل آلاف السنين، كان الكي معروفاً لدى معظم الحضارات البشرية القديمة، حيث استخدمته الحضارة الإغريقية والرومانية والهندية، كوسيلة من وسائل علاج بعض الأمراض المتنوعة، كما اعتمدت عليه الحضارة الصينية لبناء نظريتها المتمثلة بالعلاج عن طريق الوخز بالإبر، والتي أهملها الطب الصيني لفترة طويلة من الزمن، ثم عادت وانتشرت مرة أخرى بعد قيام الثورة.

وقديماً قال -هيبوقراط- أشهر أطباء اليونان في عصره آنذاك: والذي توفي عام 277 ق.م: "بأن الأمراض إذا كانت لا تشفيها الأدوية، فالجراحة علاجها، وإذا لم تفد فيها الجراحة، فالنار علاجها، وإذا لم تستطع النار علاجها، فهي غير قابلة للشفاء".

كما أن تعاليم الطبيب اليوناني -جالينوس- الذي عاش في روما من 201-130ق.م، كان لها الأثر الكبير في موضوع قطع النزيف الدموي بالكي، وقد ظل الأطباء القدامى يعملون بتعاليم -جالينوس- لمدة خمسة عشر قرناً، حتى جاء الجراح الفرنسي -باري- "1510-1590"م، فدعا إلى ربط الوعاء الدموي المقطوع بدلاً من كيه، ثم عادت مسألة استخدام الكي مرة أخرى على يد الجراح الأمريكي -كوشينج- 1854-1934م، حيث اعتمد على الكي مجدداً، ولاسيما في قطع نزيف الأوعية الدموية الدقيقة.

الكيّ عند العرب:

ومثلما اهتمت الحضارات البشرية بالكي منذ القدم، كذلك اهتم به العرب قبل الإسلام اهتماماً كبيراً، وقد غالى سكان البادية في هذا الموضوع كثيراً حتى أنهم كانوا يعتمدون على الكي، ليس لإيقاف النزيف في الأوعية الدموية المقطوعة فحسب، بل في معظم الأمراض التي كانت تصيبها، وذلك إلى جانب اهتمامهم "بالفصد" والمعالجة بالنباتات الطبية المتنوعة، وعند بزوغ فجر الإسلام سمح النبي الأعظم [بالكي كدواء إذا ما وافق الداء -أي كان له استطباب علمي- وقد جاء في صحيح البخاري: عن سعيد بن جبير ، عن ابن عباس عن النبي [أنه قال: الشفاء في ثلاث: شربة عسل، وشرطة محجم، وكية نار، وأنا أنهى أمتي عن الكي.
كذلك ثبت في الصحيح -من حديث جابر بن عبدالله: »أن النبي [بعث إلى أُبي ابن كعب طبيباً فقطع له عرقاً، وكواه عليه »كما أن سعد بن معاذ عندما رمى في أكحله ذات مرة، حسمه النبي [ثم ورمت فحسمت ثانية، والحسم هو الكي.
وفي هذا يقول الخطابي : أن النبي [: »إنما كوى سعداً ليرقأ الدم من جرحه، وقد خاف عليه أن ينزف فيهلك«، والكي مستعمل في هذا الباب، كما يكوى من تقطع يده أو رجله، وأما النهي عنه فهو : أن يكتوى المرء طلباً للشفاء، وقد كانوا سابقاً يعتقدون أن المرء إذا لم يكتو هلك، فنهاهم النبي [لأجل هذه النية، وقوله صلوات الله وسلامه عليه: »وأنا أنهى أمتي عن الكي«، وفي حديث آخر »وما أحب أن أكتوي« إشارة إلى تأخير العلاج بالكي، حتى تدفع الضرورة إليه، ولا يعجل التداوي به، لما فيه من استعجال الألم الشديد في دفع ألم قد يكون أضعف من ألم الكي.
وقد رغب النبي [أن يعيد الناس نظرتهم في استعمالات الطرق الشعبية في علاج أمراضهم، فنبه إلى أن الدواء يشفي بإذن الله إذا وافق الداء، وأن الاكتواء دون استطباب علمي يعتبر تعلقاً بالأوهام، وهو مناف للتوكل على الله.

الكي في الطب الإسلامي:

تحدثت غالبية الكتب الطبية العربية، عن موضوع المعالجة بالكي، وأفرد كتابها من مشاهير أطباء العرب والمسلمين القدامى، فصولاً كثيرة لها، وقد بحثت هذه الفصول في العديد من مجالات -الاستطبابات والتقنيات والأدوات والنتائج، من مثل ذلك، كتاب »القانون« لابن سينا، و»كامل الصناعة« للمجوسي، و»العمدة في الجراحة« لابن السقف، و »التيسير« لابن زهر ... إلخ، وقد تمحور عموماً مضمون هذه الكتب وغيرها حول المسائل المتعلقة بطريقة العلاج بالكي، والأدوات المستخدمة ذلك وكيفية استعمالات هذه الأدوات .. وإلى ما هنالك ولكن الكتاب الذي بحث موضوع »استخدمات الكي وعلاجاته« بطريقة علمية ميسرة ومفسرة ومرفقة برسوم للأدوات، هو كتاب »التصريف لمن عجز عن التأليف »لأبي القاسم الزهراوي المتوفي عام 1013م والذي ترجم إلى عدة لغات، وكان يدرس في المدارس الطبية المتنوعة، و قد أخذ عنه ونشر آراءه في فرنسا »غي دوشولياك«، وجمعه في كتاب اسمه »الجراحة الكبرى«، كما ترجمه إلى الفرنسية »لوسيان لكلار« ونشره عام 1861 في باريس، وكذلك ترجم الكتاب إلى الإنكليزية ونشر في لندن في أوائل سبعينيات هذا القرن.
والجدير بالذكر، أن الزهراوي توسع بشكل خاص في استخدامات الكي، وكان يستعمله في علاج معظم الأمراض، مفضلاً إياه على المشرط، ومخالفاً بذلك تعاليم أطباء اليونان القدامى.

أنواع الكيّ:

قسم العلماء الكي بشكليه القديم والحديث حسب الطريقة المستعلمة فيه، إلى عدة أنواع: الأول الكي الحراري بالنار والمعادن المسخنة، بما في ذلك الكي بالوميض الكهربائي، وبنوعيه أحادي وثنائي القطب، والثاني الكي بالمواد الكيماوية، والثالث الكي بأشعة الليزر وإيجابيات استعمالاتها المتنوعة للمناطق الحساسة والدقيقة في الجسم وأخيراً الكي بالبرودة الشديدة.
وقديماً كان يعرف الكي بأنه تعريض قطعة معينة من جلد الإنسان، أو أحد أوعيته الدموية المقطوعة للهب النار، أو لقطعة مسخنه إلى درجة الاحمرار القاتم، وكان الأطباء يفضلون استعمال الحديد في الكي، عن غيره من المعادن الأخرى، بسبب سرعة ارتفاع درجة حرارة انصهاره، وبطء برودته، ويشار إلى أن الزهراوي كان يستبعد دائماً استخدام المواد الكاوية في عملية الكي، وذلك لأن تأثيراتها تمتد وتتجاوز المنطقة المراد كيّها.

الكيّ التقليدي الشعبي:

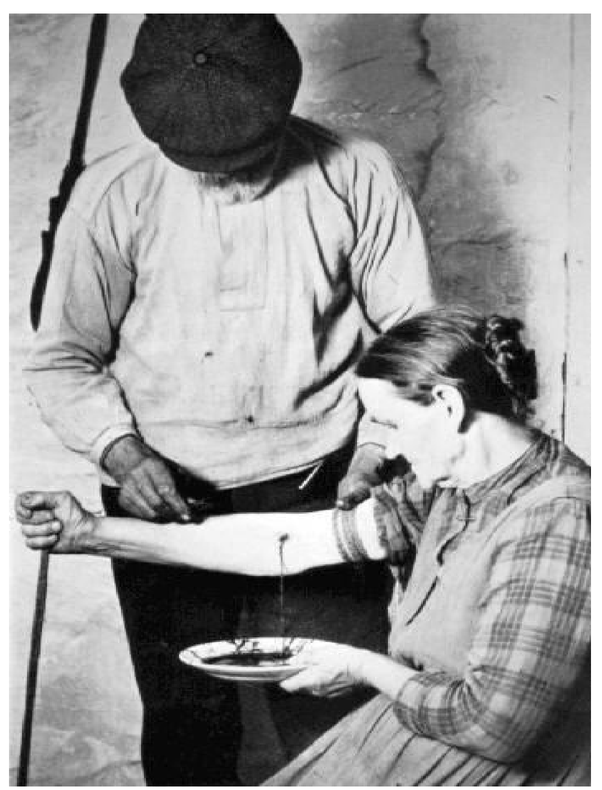
على الرغم من أن عمليات الكي تضاءلت كثيراً في عصر الطب النووي والعلم الحديث، إلا أن استعماله كطب تقليدي شعبي، ما يزال سائداً حتى تاريخه في معظم البلاد العربية وشبه القارة الهندية وغيرها.
والكي التقليدي عادة، يتم كما هو معروف باستعمال الحديد المسخن إلى درجة الاحمرار القاتم، وغالباً ما تكون الفريسة من المرضى البسطاء، الذي يئسوا من استعمال العقاقير والأدوية التي لم تنفع معهم، فلجأوا إلى الكي، بهدف الخلاص من آلامهم، ولأن الحرارة المرتفعة للحديد المسخن تؤدي في كثير من الأحيان إلى قطع النزيف الدموي، نتيجة حدوث تغيرات في طبيعة البروتينات الموجودة في خلايا الأنسجة، فقد يتوقف النزيف، أو يخف الألم كثيراً عند المريض الذي تعرض لكي جلده في منطقة معينة من جسمه، ومن جراء ذلك تختفي مؤقتاً أوجاع المريض السابقة، وتحل مكانها الآلام والأوجاع الناتجة عن الحرق القوي الذي سببه الكي، فيتوهم المريض بنجاح العملية، وينتابه إحساس بالشفاء ولكن بعد فترة قصيرة وما أن تشفى الحروق التي سببها الكي، حتى تعود مجدداً نوبات الألم والوجع وربما بشكل أقوى، فيعاود المريض الكي مرة أخرى ويتشوه الجلد إثر كل مرة، ويصبح عرضه للعديد من المضاعفات الصحية السيئة، الناتجة عن عمليات الحروق المتكررة لجلده، وكثيراً ما يرافق ذلك تلوث جرثومي للجروح »المكوية« تعرض المصاب لأمراض أخرى متنوعة هذا فضلاً عن احتمال حدوث صدمات عصبية وزيادة في عدد ضربات القلب، والتي قد تظهر فيما بعد، ولا سيما إذا كان المريض يعاني من أمراض قلبية سابقة، كتصلب الشرايين، ونقص التروية الدموية، واحتشاء في العضلة القلبية ... الخ.
وكثيراً ما نسمع قصصاً من هذا النوع، حيث يزداد الأمر سوءاً عند المرضى الذين لجأوا إلى المعالجة بالكي، عند أناس أميين، لا يعلمون عن الكي إلا المبادئ الأولية فقط، فتتأزم حالتهم الصحية وتصير الشكوى بعد الكي من آلام وأمراض أخرى، لم يعانوا منها من قبل، فيرجعون ثانية ويضعون أنفسهم تحت تصرف الطبيب المختص.

الخلاصة:

وصفوة القول، إن النظرية الطبية العربية، أي »المعالجة بالكي« تعتبر آخر مرحلة من مراحل العلاج والأمر يجب أن لا يقتصر على التفاخر والتباهي بهذه النظرية

فحسب، بل على دراسة فائدتها وفكرها الطبي، والاعتماد بشكل مطلق على الأحاديث التي وردت عن النبي الأعظم [في هذا الخصوص، وعن الصحابة كافة »رضوان الله عليهم«، بما في ذلك التعمق في دراسة جميع المعلومات الواردة في كتب ورسائل أطباء العرب القدامى في هذا المجال، ومعرفة كيفية الاستفادة منها في موضوع العلاج بالكي، وذلك وفق أسس ومعطيات العلم والطب الحديث، بهدف اكتشاف معلومات جديدة، وطرائق علاجية حديثة تفيد البشرية.

العلاج بالفصد



الفصــد عند ابن سـيناء

الفصد هو اسـتفراغ كلي يسـتفرغ الكثرة والكثرة هي تزايد الأخلاط على تسـاويها في العروق وإنما ينبغي أن يفصد أحد نفسـين: المتهيء لأمراض إذا كثر دمه وقع فيها والآخر الواقع فيها وكل واحد منهما إما أن يفصد لكثرة الدم وإما أن يفصد لرداءة الدم وإما أن يفصد لكليهما.

والمتهيئ لهذه الأمراض هو مثل المسـتعد لعرق النسـا والنقرس الدموي وأوجاع المفاصل الدموية والذي يعتريه نفث الدم من صدع عرق في رئته رقيق الملتحم وكلما أكثر دمه انصدع والمسـتعدون للصرع والسـكتة والمالنخوليا مع فور للخوانيق ولأورام الأحشـاء والرمد الحار والمنقطع عنهم دم بواسـير كانت تسـيل في العادة والمحتبس عنهن من النسـاء دم حيضهن وهذان لا تدل ألوانهما على وجوب الفصد لكمودتها وبياضها وخضرتها والذين بهم ضعف في الأعضاء الباطنة مع مزاج حار فإن هؤلاء الأصوب لهم أن يفتصدوا في الربيع وإن لم يكونوا قد وقعوا في هذه الأمراض. والذين تصيبهم ضربة أو سـقطة فقد يفصدون احتياطاً لئلآ يحدث بهم ورم ومن يكون به ورم ويخاف انفجاره قبل النضج فإنه يفتصد وإن لم يحتج إليه ولم تكن كثرة.

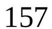
ويجب أن تعلم أن هذه الأمراض ما دامت مخوفة ولم يوقع فيها فإن إباحة الفصد فيها أوسـع فإن وقع فيها فليترك في أوائلها الفصد أصلاً فإنه يرقّق الفضول ويجريها في البدن ويخلطها بالدم الصحيح وربما لم يسـتفرغ من المحتاج إليه شـيئاً وأحوج إلى معاودات مجحفة فإذا ظهر النضج وجاوز المرض الابتداء والانتهاء فحينئذ إن وجب الفصد ولم يمنع مانع فصد.

ولا يفصدن ولا يسـتفرغن في يوم حركة المرض فإنه يوم راحة ويوم النوم والثوران للعلة وإذا كان المرض ذا بحرانات في مدّته طول ما فليس يجوز أن يسـتفرغ دماً كثيراً أصلاً بل إن أمكن أن يسـكن فعل وإن لم يمكن فصد وأخرج دماً قليلاً وخلف



في البدن عدة دم لفصدات إن سنحت ولحفظ القوة في مقاومة البحرانات وإذا اشتكى في الشتاء بعيد العهد بالفصد تكسيراً فليفصد وليخلف دماً للعدة.

والفصد يجذبه إلى الخلاف تحبس الطبيعة كثيراً وإذا ضعفت القوة من الفصد الكثير تولدت أخلاط كثيرة والغشي يعرض في أول الفصد لمفاجأة غير المعتاد وتقدم القيء مما يمنعه وكذلك القيء وقت وقوعه.
واعلم أن الفصد مثير إلى أن يسكن ، والفصد والقولنج قلما يجتمعان والحبلى والطامث لا تفصدان إلا لضرورة عظيمة مثل الحاجة إلى حبس نفث الدم القوي إن كانت القوة متواتية والأولى والأوجب أن لا تفصد بتة إذ يموت الجنين.
ويجب أن تعلم أنه ليس كلما ظهرت علامات الامتلاء المذكورة وجب الفصد بل ربما كان الامتلاء من أخلاط نيئة وكان الفصد ضاراً جداً فإنك إن فصدت لم ينضج وخيف أن يهلك العليل وأما من يغلب عليه السوداء فلا بأس بأن يفصد إذا لم يستفرغ بالإسهال بعد مراعاة حال اللون على الشرط الذي سنذكره واعتبار التمدد فإن فشو التمدّد في البدن يفيد الحدس وحده بوجوب الفصد.
وأما من يكون دمِه المحمود قليلاً وفي بدنه أخلاط رديئة كثيرة فإن الفصد يسلبه الطيب ويختلف فيه الرديء ومن كان دمه رديئاً وقليلاً أو كان مائلاً إلى عضو يعظم ضرر ميله إليه ولم يكن بد من فصد فيجب أن يؤخذ دمه قليلاً ثم يغذى بغذاء محمود ثم يفصد كرة أخرى ثم يفصد في أيام ليخرج عنه الدم الرديء ويخلف الجيّد فإن كانت الأخلاط الرديئة فيه مرارية احتيل في استفراغها أولاً بالاسهال اللطيف أو القيء أو تسكينها واجتهد في تسكين المريض وتوديعه.
وإن كانت غليظة فقد كان القدماء يكلفونهم الاستحمام والمشي في حوائجهم وربما سقوهم قبل الفصد وبعده قبل التثنية السكنجبين الملطف المطبوخ بالزوفا والحاشا.
وإذا اضطر إلى فصد مع ضعف قوة لحمى أو لأخلاط أخرى ردية فليفرق الفصد كما قلنا.
والفصد الضيّق أحفظ للقوة لكنه ربما أسال اللطيف الصافي وحبس الكثيف الكدر. وأما الواسع فهو أسرع إلى الغشي وأعمل في التنقية وأبطأ اندمالاً وهو أولى لمن يفصد للاستظهار وفي السمَان بل التوسيع في الشتاء أولى لئلا يجمد الدم. والتضييق في الصيف أولى إن احتيج إليه وليفصد المفصود وهو مستلق فإن ذلك أحرى أن يحفظ قوّته ولا يجلب إليه الغشي.
وأما في الحمّيات فيجب أن يجتنب الفصد في الحميات الشديدة الالتهاب وجميع الحميات غير الحادة في ابتدائها وفي أيام الدور ويقلل الفصد في الحميات التي يصحبها تشنج.
وإن كانت الحاجة إلى الفصد واقعة لأن التشنج إذا عرض أسهر وأعرق عرقاً كثيراً وأسقط القوة فيجب أن يبقى لذلك عدة دم وكذلك من فصد محموماً ليس حده عن عفن فيجب أن يقل فصده ليبقى لتحليل الحمى عدة فإن لم تكن شديدة الالتهاب وكانت عفنة فانظر إلى القوانين العشرة ثم تأمل القارورة فإن كان الماء غليظاً إلى الحمرة ة وكان أيضاً النبض عظيماً والسحنة منتفخة وليس يبادر الحمّى في حركتها فافصد على وقت خلاء من المعدة عن الطعام.
وأما إن كان الماء رقيقاً أو نارياً أو كانت السحنة منخرطة منذ ابتداء المرض فإياك والفصد.



وإن كان هناك فترات للحمّى فليكن الفصد واعتبر حال النافض فإذا كان النافض قوياً فإياك والفصد وتأمل لون الدم الذي يخرج فإن كان رقيقاً إلى البياض فاحبس في الوقت وتوق في الجملة لئلا يجلب على المريض أحد أمرين: تهييج الأخلاط المرارية وتهييج الأخلاط الباردة.
وإذا وجب أن يفصد في الحمى فلا يلتفت إلى ما يقال أنه لا سبيل إليه بعد الرابع فسبيل إليه إن وجب ولو بعد الأربعين.
هذا رأي " جالينوس " على أن التقديم والتعجيل أولى إذا صحت الدلائل فإن قصر في ذلك فأي وقت أدركته ووجب فافصد بعد مراعاة الأمور العشرة وكثيراً ما يكون الفصد في الحميات وأن لم يكن يحتاج إليه مقوياً للطبيعة على المادة بتقليلها هذا إذا كانت السحنة والسن والقوّة وغير ذلك ترخّص فيه.
وأما الحمى الدموية فلا بد فيها من استفراغ بالفصد غير مفرط في الابتداء ومفرط عند النضج وكثيراً ما أقلعت في حال الفصد ويجب أن يحذر الفصد في المزاج الشديد البرد والبلاد الشديدة البرد وعند الوجع الشديد وبعد الاستحمام المحلل وبعقب الجماع وفي السن القاصر عن الرابع عشر ما أمكن وفي سن الشيخوخة ما أمكن اللهم إلا أن تثق بالسحنة واكتناز العضل وسعة العروق وامتلائها وحمرة الألوان فهؤلاء من المشايخ والأحداث نتجرأ على فصدهم.
والأحداث يدرجون قليلاً قليلاً بفصد يسير ويجب أن يحذر الفصد في الأبدان الشديدة القضافة والشديدة السمن والمتخلخلة والبيض المترهلة والصفر العديمة الدم ما أمكن وتتوقاه في أبدان طالت عليها الأمراض إلا أن يكون فساد دمها يستدير ذلك فافصد وتأمل الدم فإن كان أسود ثخيناً فاخرج وإن رأيته أبيض رقيقاً فسد في الحال فإن في ذلك خطراً عظيماً ويجب أن تحذر الفصد على الامتلاء من الطعام كي لا تنجذب مادّة غير نضيجة إلى العروق بدل ما تستفرغ وأن تتوقّى ذلك أيضاً على امتلاء المعدة والمعي من الثقل المدرك أو المقارب بل تجتهد في استفراغه أما من المعدة وما يليها فبالقيء وأما من الأمعاء السفلى فيما يمكن ولو بالحقنة وتتوقى فصد صاحب التخمة بل تمهله إلى أن تنهضم تخمته.
وصاحب ذكاء حس فم المعدة أو ضعف فمها أو الممن و يتولد المرار فيها فإن مثله يجب أن يتوقى التهور في فصده وخصوصاً على الريق.
أما صاحب ذكاء حس فم المعدة فتعرفه بتأذّيه من بلع اللذاعات وصاحب ضعف فم المعدة تعرفه من ضعف شهوته وأوجاع فم معدته وصاحب قبول فم معدته للمرار والكثير تولدها فيها تعرفه من دوام غثيانه ومن قيئه المرار كل وقت ومن مرارة فمه فهؤلاء إذا فصدوا من غير سبق تعهد لفم معدتهم عرض من ذلك خطر عظيم وربما هلك منهم بعضهم فيجب أن يلقم صاحب ذكاء الحس وصاحب الضعف لقماً من خبز نقي مغموسة في رُبّ حامض طيب الرائحة وإن كان الضعف من مزاج بارد فمغموسة في مثل ماء السكر بالإفاويه أو شراب النعناع الممسك أو الميعة الممسكة ثم يفصد.
وأما صاحب تولد المرار فيجب أن يتقيأ بسقي ماء حار كثير مع السكنجبين ثم يطعم لقماً ويراح يسيراً ثم يفصد ويحتاج أن يتدارك بدل ما يتحلآ من الدم الجيد إن كان قوياً بالكباب على نقله فإنه إن انهضم غذى غذاء كثيراً جيداً ولكن يجب أن يكون أقل ما يكون فإن المعدة ضعيفة بسبب الفصد وقد يفصد العرق لمنع نزف الدم من الرعاف أو الرحم أو المقعدة أو الصدر أو بعض الخراجات بأن يجذب الدم إلى خلاف تلك الجهة.
وهذا علاج قوي نافع ويجب أن يكون البضع ضيقاً جداً وأن تكون المرات كثيرة لا في يوم واحد إلا أن تضطر الضرورة بل في يوم بعد يوم وكل مرة يقلّل ما أمكن.
وبالجملة فإن تكثير أعداد الفصد أوفق من تكثير مقداره والفصد الذي لم تكن إليه حاجة يهيج المرار ويعقب جفاف اللسان ونحوه فليتدارك بماء الشعير والسكر ومن أراد التثنية ولم يعرض له من الفصدة الأولى مضرة فالج ونحوه فيجب أن يفصد

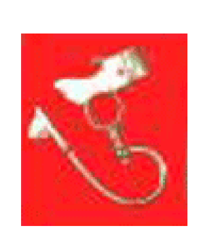
العرق من إليه طولاً ليمنع حركة العضل عن التحامه وأن يوسع وإن خيف مع ذلك الالتحام بسرعة وضع عليه خرقة مبلولة بزيت وقليل ملح وعصب فوقها وأن دهن مبضعه عند الفصد منع سرعة الالتحام وقلل الوجع وذلك هو أن يمسح عليه الزيت ونحوه مسحاً خفيفاً أو يغمس في الزيت ثم يمسح بخرقة.
والنوم بين الفصد والتئنية يسرع التحام البضع وتذكر ما قلناه من الاستفراغ في الشتاء بالدواء أنه يجب أن يرصد له يوم جنوبي فكذلك الفصد.
واعلم أن فصد الموسوسين والمجانين والذين يحتاجون إلى فصد في الليل في زمان النوم يجب أن يكون ضيقاً لئلاّ يحدث نزف الدم وكذلك كل من لا يحتاج إلى التثنية.
واعلم أن التثنية تؤخر بمقدار الضعف فإن لم يكن هناك ضعف فغايته ساعة والمراد من إرسال دمه الجذب يوماً واحداً.
والفصد المورب أوفق لمن يريد التثنية في اليوم والمعرض لمن يريد التثنية في الوقت والمطول لمن لا يريد الاقتصار على تثنية واحدة ومن عزمه أن يترشّح عدة أيام كل يوم وكلما كان الفصد أكثر وجعاً كان أبطأ التحاماً.
والاستفراغ الكثير في التثنية يجلب الغشي إلا أن يكون قد تناول المثني شيئاً.
والنوم بين الفصد والتثنية يمنع أن يندفع في الدم من الفضول ما ينجذب لانجذاب الأخلاط بالنوم إلى غور البدن.
ومن منافع التثنية حفظ قوة المفصود مع استكمال استفراغه الواجب له وخير التثنيه ما أخر يومين وثلاثة.
والنوم بقرب الفصد ربما أحدث انكساراً في الأعضاء.
والاستحمام قبل الفصد ربما عسَر الفصد بما يغلظ من الجلد ويلينه ويهيئه للزلق إلا أن يكون المفتصد شديد غلظ الدم.
والمفتصد ينبغي له أن لا يقدم على امتلاء بعده بل يتدرج فى الغذاء ويستلطفه أولاً وكذلك يجب أن لا يرتاض بعده بل يميل إلى الاستلقاء وأن لا يستحم بعده استحماماً محللاً ومن افتصد وتورم عليه اليد افتصد من اليد الآخرى مقدار الاحتمال ووضع عليه مرهم الاسفيداج وطلى حواليه بالمبردات القوية وإذا افتصد من الغالب على بدنه الأخلاط صار الفصد علة لثوران تلك الأخلاط وجريانها واختلاطها فيحوج إلى فصد متواتر والدم السوداوي يحوج إلى فصد متواتر فيخف الحال في الحال ويعقب عند الشيخوخة أمراضاً منها السكتة والفصد كثيراً ما يهيج الحميّات وتلك الحميات كثيراً ما تتحلل العفونات وكل صحيح افتصد فيجب أن يتناول ما قلناه في باب الشراب.
واعلم أن العروق المفصودة بعضها أوردة وبعضها شرايين والشرايين تفصد في الأقل ويتوقى ما يقع فيها من الخطر من نزف الدم وأقلّ أحواله أن يحدث أنورسما وذلك إذا كان الشق ضيقاً جداً إلا أنها إذا أمن نزف الدم منها كانت عظيمة النفع في أمراض خاصة تفصد هي لأجلها وأكثر نفع فصد الشريان إنما يكون إذا كان في العضو المجاور له أعراض رديئة سببها دم لطيف حاد فإذا فصد الشريان المجاور له ولم يكن مما فيه خطر كان عظيم المنفعة والعروق المفصودة من اليد أما الأوردة فستة: القيفال والأكحل والباسليق وحبل الذراع والأسيلم والذي يخص باسم الإبطي وهو شعبة من الباسليق وأصلها القيفال.
ويجب في جميع الثلاثة أن يفتح فوق المأبض لا تحته ولا بحذائه ليخرج الدم خروجاً جيداً كما يتروق ويؤمن أفات العصب والشريان وكذلك القيفال وفصده الطويل أبطأ لالتحامه لأنه مفصلي وفي غير المفصلي الأمر بالخلاف وعرق النسا والأسيلم وعروق أخرى الأصوب أن يفصد فيها طولاً ومع ذلك ينبغي أن يتنحّى في القيفال عن رأس العضلة إلى موضع اللين ويوسع بضعه ولا يتبع بضع بضعاً فيرم وأكثر من وقع عليه الخطأ في موضع فصد القيفال لم يقع بضربة واحدة وأن عظمت بل إنما تحدث النكاية بتكرير الضربات وإبطاء فصده التحاماً هو الذي في الطول ويوسع

فصده إن أريد أن يثني وإذا لم يوجد هو طلب بعض شعبه التي في وحشي الساعد والأكحل فيه خطر للعصبة التي تحته وربما وقع بين عصبتين فيجب أن يجتهد ليفصد طولاً ويعلق فصده وربما كان فوقه عصبة رقيقة مممدودة كالوتر فيجب أن يتعرف ذلك ويحتاط من أن تصيبها الضربة فيحدث خدر مزمن.
ومن كان عرقه أغلظ فهذه الشعبة فيه أبين والخطأ فيه أشد نكاية فإن وقع الغلط فأصيبت تلك العصبة فلا تلحم الفصد وضع عليه ما يمنع التحامه وعالجه بعلاج جراحات العصب وقد قلنا فيها في الكتاب الرابع.
وإياك أن تقرب منه مبرّداً من أمثال عصارة عنب الثعلب والصندل بل مرخ نواحيه والبدن كله بالدهن المسخن.
وحبل الذراع أيضاً الأصوب فيه أن يفصد مورباً إلا أن يكون مراوغاً من الجانبين فيفصد طولاً.
والباسليق عظيم الخطر لوقوع الشريان تحته فاحتط في فصده فإن الشريان إذا انفتح لم يرقأ الدم أو عسر رقوه.
ومن الناس من يكتنف باسليقه شريانان فإذا أعلم على أحدهما ظن أنه قد أمن فربما أصاب الثاني فعليك أن تتعرف هذا وإذا عصب ففي أكثر الأمر يعرض هناك انتفاخ تارة من الشريان وتارة من الباسليق فكيف كان فيجب أن تحل الرباط ويمسح النفخ مسحاً برفق ثم يعاد العصب فإن عاد أعيد إليك فإن لم يغن فما عليك لو تركت الباسليق وفصدت الشعبة المسماة بالإبطية وهي التي على أنسي الساعد إلى أسفل وكثيراً ما يغلط النفخ وكثيراً ما يسكن الربط والنفخ من نبض الشريان ويعليه ويشهقه فيظن وريداً فيفصد.
وإذا ربطت أي عرق كان فحدث من الربط عليه أشباه العدس والحمص فافعل به ما قلنا في الباسليق والباسليق كلما انحططت فيفصده إلى الذراع فهو أسلم.
وليكن مسلك المبضع في خلاف جهة الشريان من العرق وليس الخطأ في الباسليق من جهة الشريان فقط بل تحته عضلة وعصبة يقع الخطأ بسببهما.
أيضاً قد خبرناك بهذا وعلامة الخطأ في الباسليق وإصابة الشريان أن يخرج دم رقيق أشقر يثب وثباً ويلين تحت المجسة وينخفض فبادر حينئذ وألقم فم المبضع شيئاً من وبر الأرنب مع شيء من دقاق الكندر ودم الأخوين والصبر والمر وتضع على الموضع شيئاً من القلقطار الزاج وترش عليه الماء البارد ما أمكن وتشقه من فوق الفصد وتربطه ربطاً بشد حابس فإذا احتبس فلا تحل الشد ثلاثة أيام وبعد الثلاثة يجب عليك أن تحتاط أيضاً ما أمكن وضمد الناحِية بالموابض وكثير من الناس يبتر شريانه وذلك ليتقلص العرق وينطبق عليه الدم فيحبسه وكثير من الناس مات بسبب نزف الدم ومنهم من مات بسبب ربط العضو وشدة وجع الربط الذي أريد بشده منع دم الشريان حتى صار العضو إلى طريق الموت.
واعلم أن نزف الدم قد يقع من الأوردة أيضاً واعلم أن القيفال يستفرغ الدم أكثر من الرقبة وما فوقها وشيئاً قليلاً مما دون الرقبة ولا يجاوز حد ناحية الكبد والشراسيف ولا تنقي الأسافل تنقية يعتدّ بها والأكحل متوسّط الحكم بين القيفال والباسليق والباسليق يستفرغ من نواحي تنور البدن إلى أسفل التنور وجعل الذراع مشاكل للقيفال والأسيلم يذكر أنه ينفع الأيمن منه من أوجاع الكبد والأيسر من أوجاع الطحال وأنه يفصد حتى يرقأ الدم بنفسه ويحتاج أن توضع اليد من مفصوده في ماء حار لئلا يحتبس الدم وليخرج بسهولة إن كان الدم ضعيف الانحدار كما هو في الأكثر من مفصودي الأسيلم.
وأفضل فصد الأسيلم ما كان طولاً.
والإبطي حكمه حكم الباسليق.
وأما الشريان الذي يفصد من اليد اليمنى فهو الذي على ظهر الكف ما ين السبابة والإبهام وهو عجيب النفع من أوجاع الكبد والحجاب المزمنة وقد رأى جالينوس هذا في الرؤيا إذ الرؤيا الصادقة جزء من أجزاء النبوّة كأن امرأً أمره به لوجع كان في

كبده ففعل فعوفي وقد يفصد شريان اخر أميل منه إلى باطن الكفّ مقارب المنفعه لمنقعته.
ومن أحب فصد العرق من اليد فلم يتأت فلا يلحف في الكي والعصب الشديد وتكرير البضع بل يتركه يوماً أو يومين فإن دعت ضرورة إلى تكرير البضع ارتفع عن البضعة الأولى ولا ينخفض عنها.
والربط الشديد يجلب الورم وتبريد الرفادة وترطيبها بماء الورد أو بماء مبرد صالح موافق.
ويجب أن لا يزيل الرباط الجلد عن موضعه قبل الفصد وبعده.
والأبدان القضيفة يصير شذ الرباط عليها سبباً لخلاء العروق واحتباس الدم عنها والأبدان السمينة بالإفراط فإن الإرخاء لا يكاد يظهر العرق فيها ما لم يشتد وقد يتلطف بعض الفصاد في إخفاء الوجع فيحدر اليد لشدة الربط وتركه ساعة ومنه من يمسح الشعرة اللينة بالدهن.
وهذا كما قلنا يخفّ وجعه ويبطىء التحامه.
وإذا لم تظهر العروق المذكورة في اليد وظهرت شعبها فلتغمز اليد على الشعبة مسحاً فإن كان الدم عند مفارقة المسح ينصب إليها بسرعة فينفخها فصدت وإلا لم تفصد وإذا أريد الغسل جذب الجلد ليستر البضع وغسل ثم رد إلى موضعه وهندمت الرفادة وخيرها الكرية وعصبت وإذا مال على وجه البضع شحم فيجب أن ينحى بالرفق ولا يجوز أن يقطع وهؤلاء لا يجب أن يطمع في تثنيتهم من غير بضع واعلم أن لحبس الدم وشد البضع وقتاً محدوداً وإن كان مختلفاً فمن الناس من يحتمل ولو في حماه أخذ خمسة أو ستة أرطال من الدم ومنهم من لا يحتمل في الصحة أخذ رطل لكن يجب أن تراعي في ذلك أحوالاً ثلاثاً: إحداها حقن الدم واسترخاؤه والثانية لون الدم وربما غلط كثيراً بأن يخرج أولاً ما خرج منه رقيقاً أبيض وإذا كان هناك علامات الإمتلاء وأوجب الحال الفصد فلا يغترن بذلك وقد يغلظ لون الدم في صاحب الأورام لأن الورم يجذب الدم إلى نفسه والثالثة النبض يجب أن لا تفارقه فإذا خاف الحقن أن يغير لون الدم أو صغر النبض وخصوصاً إلى ضعف فاحبس وكذلك إن عرض عارض تثاؤب وتمط وفواق وغثيان فإن أسرع تغيّر اللون بل الحقن فاعتمد فيه النبض وأسرع الناس صادرة إليه الغشي هم الحارو المزاج النحاف المتخلخلو الأبدان وأبطؤهم وقوعاً في الأبدان المعتدلة المكتنزة اللحم.
قالوا: يجب أن يكون مع الفصاد مباضع كثيرة ذات شعرة وغير ذات شعرة وذات الشعرة أولى بالعروق الزوالة كالوداج وأن تكون معه كبة من خز وحرير ومقيأ من خشب أو ريش وأن يكون معه وبر الأرنب ودواء الصبر والكندر ونافجة مسك ودواء المسك وأقراص المسك حتى إذا عرض غشي وهو أحد ما يخاف في الفصد وربما لم يفلح صاحبه بادر فألقمه الكبة وقيأه بالآلة وشممه النافجة وجرعه من دواء المسك أو أقراصه شيئاً فتنتعش قوته وإن حدث بثق دم بادر فحسبه بوبر الأرنب ودواء الكندر وما أقلّ ما يعرض الغشي والدم بعد في طريق الخروج بل إنما يعرض أكثره بعد الحبس إلا أن يفرط على أنّه لا يبالي من مقاربة الغشي في الحميات المطبقة ومبادىء السكتة والخوانيق والأرام الغليظة العظيمة المهلكة وفي الأوجاع الشديدة ولا نعمل بذلك إلا إذا كانت القوة قوية فقد اتفق علينا أن بسطنا القول بعد القول في عروق اليد بسطاً في معان أخرى ونسينا عروق الرجل وعروقاً أخرى فيجب علينا أن نصل كلامنا بها فنقول: أما عروق الرجل فمن ذلك عرق النسا ويفصد من الجانب الوحشي عند الكعب إما تحته وإما فوقه من الورك إلى الكعب ويلف بلفافة أو بعصابة قوية فالأولى أن يستحم قبله والأصوب أن يفصد طولاً وإن خفي فصد من شعبة ما بين الخنصر والبنصر ومنفعة فصد عرق النسا في وجع عرق النسا عظيمة.
وكذلك في النقرس وفي الدوالي ودواء الفيل.
وتثنية عرق النسا صعبة.

ومن ذلك أيضاً الصافن وهو على الجانب الإنسي من الكعب وهو أظهر من عرق النسا ويفصد لاستفراغ الدم من الأعضاء التي تحت الكبد ولإمالة الدم من النواحي العالية إلى السافلة ولذلك يدر الطمث بقوة ويفتح أفواه البواسير.
والقياس يوجب أن يكون عرق النسا والصافن متشابهي المنفعة ولكن التجربة ترجح تأثير الفصد في عرق النسا في وجع عرق النسا بشيء كثير وكان ذلك للمحاذاة !!! .
وأفضل فصد الصافن أن يكون موربا ً إلى العرض ومن ذلك عرق مأبض الركبة يذهب مذهب الصافن إلا أنه أقوى من الصافن في إدرار الطمث وفي أوجاع المقعدة والبواسير.
ومن ذلك العرق الذي خلف العرقوب وكأنه شعبة من الصافن ويذهب مذهبه.
وفصد عروق الرجل بالجملة نافع من الأمراض التي تكون عن مواد مائلة إلى الرأس ومن الأمراض السوداوية وتضعيفها للقوة أشدّ من تضعيف فصد عروق اليد وأما العروق المفصودة التي في وهذه العروق منها أوردة ومنها شرايين.
فالأوردة مثل عرق الجبهة وهو المنتصب ما بين الحاجبين وفصده ينفع من ثقل الرأس وخصوصاً في مؤخره وثقل العينين والصداع الدائم المزمن والعرق الذي على الهامة يفصد للشقيقة وقروح الرأس وعرقا الصدغين الملتويان على الصدغين وعرقا المأقين وفي الأغلب لا يظهران إلا بالخنق. ويجب أن لا تغور البضع فيهما فربما صار ناصوراً وإنما يسيل منها دم يسير. ومنفعة فصدهما في الصداع والشقيقة والرمد المزمن والدمعة والغشاوة وجرب الأجفان وبثورها والعشا .
وثلاثة عروق صغار موضعها وراء ما يدق طرف الأذن عند الإلصاق بشعره. وأحد الثلاثة أظهر ويفصد من ابتداء المأق وقبول الرأس لبخارات المعدة وينفع كذلك من قروح الأذن والقفا ومرض الرأس. وينكر " جالينوس " ما يقال: أن عرقين خلف الأذنين يفصدهما المتبتلون ليبطل النسل .
ومن هذه الأوردة الوداجان وهما إثنان يفصدان عند ابتداء الجذام والخناق الشديد وضيق النفس والربو الحاد وبحة الصوت في ذات الرئة والبهق الكائن من كثرة دم حار وعلل الطحال والجنبين ، ويجب على ما خبرنا عنه قبل أن يكون فصدهما بمبضع ذي شعرة. وأما كيفية تقييده فيجب أن يميل فيه الرأس إلى ضدّ جانب الفصد ليثور العرق ويتأمل الجهة التي هي أشد زوالاً فيؤخذ من ضذ تلك الجهة ويجب أن يكون الفصد عرضاً لا طولاً كما يفعل بالصافن وعرق النسا ومع ذلك فيجب أن يقع فصده طولاً.
ومنها العرق الذي في الأرنبة وموضع فصده هو المتشقق من طرفها الذي إذا غمز عليه بالأصبع تفرق باثنين وهناك يبضع والدم السائل منه قليل. وينفع فصده من الكلف وكدورة اللون والبواسير والبثور التي تكون في الأنف والحكة فيه لكنه أحدث حمرة لون مزمنة تشبه السعفة ويفشو في الوجه فتكون مضرته أعظم من منفعته كثيراً.
والعروق التي تحت الخشا مما يلي النقرة نافع فصدها من السدَر الكائن من الدم اللطيف والأوجاع المتقادمة في الرأس ومنها الجهاررك وهي عروق أربعة على كل شقة منها زوج فينفع فصدها من قروح الفم والقلاع وأوجاع اللثة وأورامها واسترخائها أو قروحها والبواسير والشقوق فيها ومنها العرق الذي تحت اللسان على باطن الذقن ويفصد في الخوانيق وأورام اللوزتين ومنها عرق تحت اللسان نفسه يفصد لثقل اللسان الذي يكون من الدم ويجب أن يفصد طولاً فإن فصد عرضاً صعب رقاء دمه ومنها عرق عند العنفقة يفصد للبخر ومنها عرق اللثة يفصد في معالجات فم المعدة.
وأما الشرايين التي في الرأس فمنها شريان الصداغ قد يفصد وقد يبتر وقد يسل وقد يكوى ويفعل ذلك لحبس النوازل الحادة اللطيفة المنصبة إلى العينين ولابتداء الانتشار.

والشريانان اللذان خلف الأذنين ويفصدان لأنواع الرمد وابتداء الماء والغشاوة والعشا والصداع المزمن ولا يخلو فصدهما عن خطر ويبطؤ معه الالتحام.
وقد ذكر " جالينوس " أن مجروحاً في حلفه أصيب شريانه وسال منه دم بمقدار صالح فتداركه " جالينوس " بدواء الكندر والصبر ودم الأخوين والمر فاحتبس الدم وزال عنه وجع مزمن كان في ناحية وركه.
ومن العروق التي تفصد في البدن عرقان على البطن: أحدهما موضوع على الكبد والآخر موضوع على الطحال ويفصد الأيمن في الاستسقاء والأيسر في علل الطحال.
واعلم أن الفصد له وقتان: وقت اختيار ووقت ضرورة.
فالوقت المختار فيه ضحوة النهار بعد تمام الهضم والنفض وأما وقت الاضطرار فهو الوقت الموجب الذي لا يسوغ تأخيره ولا يلتفت فيه إلى سبب مانع.
واعلم أن المبضع الكال كثير المضرّة فإنه يخطىء فلا يلحق ويورم ويوجع فإذا أعملت المبضع فلا تدفعه باليد غمزاً بل برفق بالاختلاس لتوصل طرف المبضع حشو العروق وإذا أعنفت فكثيراً ما ينكسر رأس المبضع انكساراً خفياً فيصير زلآقاً يجرح العرق فإن ألححت بفصدك زدت شراً.
ولذلك يجب أن يجرب كيفية علوق المبضع بالجلد قبل الفصد به وعند معاودة ضربه إن أردتها واجتهد أن تملأ العرق وتنفخه بالدم فحينئذ يكون الزلق والزوال أقل.
فإذا استعصى العرق ولم يظهر امتلاؤه تحت الشد فحله وشدّه مراراً وامسحه وانزل في الضغط واصعد حتى تنبهه وتظهره وتجرب ذلك بين قبض أصبعين على موضع من المواضع التي تعلم امتداد العروق فبهما تحبس وتارة تحبس بأحدهما وتسيل الدم بالآخر حتى تحسّ بالواقف فشدّه عند الإشالة وجوزه عند التخلية ويجب أن يكون لرأس المبضع مسافة ينفذ فيها غير بعيدة فيتعداها إلى شريان أو عصب وأشد ما يجب أن يملأ حيث يكون العرق أدقّ.
وأما أخذ المبضع فينبغي أن يكون بالإبهام والوسطى وتترك السبابة للجس وأن يقع الأخذ على نصف الحديدة ولا يأخذه فوق ذلك فيكون التمكن منه مضطرباً وإذا كان العرق يزول إلى جانب واحد فقابله بالربط والضبط من ضدّ الجانب وإن كان يزول إلى جانبين سواء فاجتنب فصده طولاً.
واعلم أن الشد والغمز يجب أن يكون بقدر أحوال الجلد في صلابته وغلظه وبحسب كثرة اللحم ووفوره.
والتقييد يجب أن يكون قريباً وإذا أخفى التقييد العرق فعلم عليه واحذر أن يزول عن محاذاة العلامة عرقك في التقييد ومع ذلك فعلق الفصد وإذا استعصى عليك العرق وإشهاقه فشق عنه في الأبدان القضيفة خاصة واستعمل السنارة ووقوع التقييد والشد عند الفصد يمنع امتلاء العرق.
واعلم أن من يعرق كثيراً بسبب الامتلاء فهو محتاج إلى الفصد وكثيراً ما وقع للمحموم المصدوع المدبر في بابه بالفصد إسهال طبيعي فاستغنى عن الفصد قطعاً.
إن طريقة العلاج بالفصد مورست منذ القدم في الشرق الأقصى في الصين والهند وكذلك في مصر ووجدت صورة في قبر مصري بنى في عام 1500 قبل الميلاد تقريبا تظهر الأطباء وهم يقومون بعملية الفصد. أ.هـ





ولا يزال الهنود في شوارع دلهي القديمة يعالجون بالفصد ، وهذا هو الحاكم محمد غياس واحد من أشهر المعالجين في هذا الفن والذي يعالج في الهواء الطلق خارج مسجد دلهي الكبير ، ويدّعي بأنّه يمكنه علاج الكثير من الأمراض منها إلتهاب المفاصل , والسرطان.

إنّ العقيدة الأساسية في العلاج هوالإعتقاد أن الدمّ الملوّث " الفاسد " أساس كلّ الأمراض: تخلّص من الدمّ الفاسد وأنت تتحسّن .
قد يحتاج المريض الى عدّة جلسات حتى يصل الى مرحلة الشفاء التام.
ومن أجل خروج الدمّ بسهولة أكثر، غياس يجعل مرضاه يقفون أولا في الشمس لنصف ساعة، وثم يبقيه واقفا ويربطه من الخصر " وسط البطن " الى الأسفل بحبل، ومن ثم يقوم بشرط العروق بنصل شفرة حلاقة.

العلاج الذهني أو الجسدي (السوفرولوجيا).

العلاج الذهني (المعرفي) السلوكي

يعد العلاج الذهني (المعرفي) السلوكي أهم طرق العلاج النفسي المعاصر وأكثرها شيوعا، لاستنادة على الأدلة العلمية، ولفعاليته في علاج الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، ولقصر زمنة نسبياً. وهو يساعد بعض الأفراد الذين يعانون من اضطرابات السلوك كالقلق والاكتئاب والادمان .
وهو علم يقوم على اكتشاف وحل الكثير من مشكلات الأفراد من خلال تغيير أنماط السلوك على المدى القصير، بيد أن فعاليتها على سلوك الفرد تكون على المدى البعيد .
وهناك العديد من الدراسات التي أثبتت أثره الفاعل على المدى القصير –أي مثل الدواء- ولكن –كما ذكرنا سابقاً- أن نتائجة العلاجية فاعلة إذ أنه أكثر ثباتاً. كما أنه يكسب المريض مهارات جديدة تساعدة على حل مشاكلة التي قد تواجهة مستقبلاً، ومن ثمَّ إحداث التغيير الإيجابي المطلوب في تفكير الإنسان وسلوكه وشعوره.ويمكن القول أنه ثورة تساعد الإنسان على اكتشاف قدراته و طاقاته الكامنة لحل مشكلاته و أي عوائق التي تقف في طريق حياتهوتعوق ابداعة ومهارتة التي خصه بها الله عز وجل . فلا غرو اذا أن يضحي ثورة في مجال علم النفس والاجتماع للدرجة التي جعلت المراكز المختصة تدرب منسوبيها عليه.

العلاج الجسدي Somatotherapy

تيار العلاج الجسدي هو من التيارات العلاجية الحديثة. وهو يذهب في الإتجاه المواجه لتيار السيكوسوماتيك. حيث يهتم العلاج بالجسد بهدف تحسين الحالة النفسية للمتعالج. وهذا التيار حصيلة تطور جملة فروع علاجية كمثل العلاج بالرقص و التدليك / طريقة كاليفورنيا وغيرها وبالرياضة... الخ. ولقد شارك النابلسي في المؤتمر العالمي الأول للعلاج الجسدي / باريس 1988 ببحث ،مشترك مع الزميلين المجريين التوماري وريشكو، بعنوان العلاج بالحركة / Le Mouvement Therapie.

طب تقويم العمود الفقري باليد (الكيروبراكتيك).

يقوم طب تقويم العمود الفقري باليد أو الكيروبراكتيك (Chiropractic Medicine)
وهو نوع من العلاج بدون عقاقير على نظرية تقول إن الجسم كائن قادرعلى شفاء
نفسه بنفسه .
وقد استعمل أبو قراط ، أبو الطب ، أساليب يدخل فيها ضبط العمود الفقري منذ ما
يربو على ألفي عام . وقد بدأ طب الكيروبراكتيك الحديث كمهنة منظمة عام
1895م ، عندما أعلن مؤسسه د.د .بالمر أول قصة نجاح له مع الكيروبراكتيك .
والمعروف أن والد بالمر، وكان بائع سمك متجول ، اخترع الكيوربراكتيك عندما عالج
حالة صمم لدى أحد الرجال بضربه على ظهره وفي عام 1963م ، بدأ مجلس
ممارسي طب الكيووبراكتيك في وضع شرط يقضي بضرورة اجتياز خريجي مدارس
طب الكيروبراكتيك لاختبار موحد على مستوى الدولة قبل أن يبدأوا في ممارسته.
واليوم ، يتلقى المعالجون بالكيروبراكتيك تدريبا تعليميا باهرا ويرخص لهم بالعمل
في جميع الولايات الأمريكية ودول العالم .
وبدلا من علاج الأعراض مثل ألم أسفل الظهر، يركز المعالجون بالكيروبراكتيك على
علاج عظام العمود الفقري التي يعتقد أنها غيرت مواضعها وحركتها الطبيعية نتيجة
للإجهاد والإصابات أو أسباب أخرى ويقوم الطبيب بعملية ضبط وضع العظام أو
استخدام قوة مناسبة في اتجاه محسوب بدقة على مفصل مصاب بعجز في
الحركة أو لا يتحرك بصورة سليمة .
كيف يعمل :
طبقا لما يقوله أطباء العلاج الكيروبراكتيك ، فإن جهازك العصبي يسيطر على جميع
وظائف جسدك . والرسائل العصبية تسير من مخك إلى الحبل الشوكي ثم إلى
أعصاب كل منطقة من مناطق الجسم ، ثم تعود إلى الحبل الشوكي في طريقها
إلى المخ من جديد .
وتقوم النظرية على أن الأوضاع غير الطبيعية لعظام العمود الفقري قد تتدخل في
تلك الرسائل وغالبا ما تكون هي السبب الكامن وراء العديد من المشاكل الصحية .

ويقوم أطباء الكيروبراكتيك بتصحيح الأوضاع الخاطئة لعظام العمود الفقري
بالمعالجة اليدوية للعمود الفقري . وسواء كانت يدي الطبيب أو الة مصمة خصيصا
لوضع قوة معينة لزمن وجيز وبدقة شديدة على مفصل ما، فإن هذا الشكل من
المعالجة أو الضبط يقال إنه يساعد على إعادة العظام إلى وضع أو حركة أكثر قربا
من الأوضاع والحركات الطبيعية، مما يساعد على تخفيف الألم والشفاء. وقد ينصح
طبيب الكيروبراكتيك ببرنامج اعادة تأهيل لعمودك الفقري وتثبيته والإقلال من
حركة المفاصل ، وذلك لإعادة تأهيل نسيج أربطة العضلات وإعادة التوازن للنبضات
العصبية .
ما الذي يفعله :
يستخدم طب الكيروبراكتيك بنجاح في علاج آلام الظهر، وآلام الصداع المزمنة،
وآلام العنق، والآلام الناجمة عن إصابات بالجهاز الحركي (العضلات أو العظام .(
الأساسيات :
-1كم مرة ينبغي تكراره ؟

يمكن ممارسة هذ ا العلاج أسبوعيا أو كل أسبوعين في البداية أو حتى تلاحظ تحسنا .

-2كم أنتظر حتى يبدأ مفعوله ؟

قد يلحظ المرضى تحسنا بعد8 إلى 10 جلسات أو أقل وينبغي إعدادهم لجلسات تعديل أوضاع العظام لمدة شهر على الأقل .

.3هل يحتاج الى فحوصات؟

بناء على حدة المشكلة يحتاج الى اختبارات خاصة أو أشعات ضرورية للتشخيص و العلاج

المعالجة بالكيروبراكتيك لا تجري في حالة وجود كسر بالعظام ، أو عدوى أو سرطان أو التهاب شديد بالمفاصل أو أي حالة مرضية أخرى تتعارض مع استخدامه ، وبخاصة الإصابات أو المشاكل العنقية. ومعالجك بالكيروبراكتيك سوف يقرر ما إذا كانت معالجته ليست آمنة، ولكن إذا كنت قلقا من إجراء هذا العلاج ، فاستشر طبيبك أولا .

وعلى مر السنين تداول الناس العديد من الأساطير التي تتعلق بأسلوب حياة ممارسي طب الكيروبراكتيك ، غيرأن الأطباء اليوم في هذا المجال يحصلون على تعليم رفيع المستوى ويتعين عليهم إتمام دراسات جامعية وبرنامج إضافي مدته أربع سنوات داخل إحدى كليات طب الكيروبراكتيك . وهم خاضعون لاشتراطات صارمة لابد لهم من من استيفائها حتى يحصلوا على تراخيص العمل كما أنهم يتبعون قانونا صارما لأخلاقيات المهنة، وتعترف بهم الهيئات الحكومية.

المعالجة المثلية أو الطب التجانسي (الهوميوباثي).

الهوميوباثي طريقة علاجية تعتمد على إعطاء المريض دواء محضراً بأسلوب خاص، بحيث أن هذا الدواء لو أعطي إلى السليم بجرعات عالية فإنه يسبب عنده نفس الأعراض المرضية الظاهرة عند المريض.

ومن العلاجات المعالجة الطبيعية التي تكلمنا عنها في الفصل الثاني . فهذه ، لكونها تعتمد كلياً على المواد الطبيعية ، ليس فيها ما يتعارض مع الدواء الهوميوباثي . والغذاء هو الطاقة التي تدخل أجسامنا فتعطيها دفعة جديدة ، فلا بد أن يكون لها الأثر الكبير على القوة الحيوية .
كما لاحظ الكثير من المرضى والمعالجين بأن الإبر الصينية (والتي سنتكلم عنها في فصل قادم) علاج ناجح مع الهوميوباثي .

وأعتقد بأنّ العلاجات التي نتكلم عنها في هذا الكتاب لا تعارض بينها وبين الهوميوباثي ، فكلها تتعامل مع المريض على نفس المنوال وهو النظرة الكلية ، وكلها لا تستعمل الأدوية القوية التي تتعارض مع الدواء الهوميوباثي .

حـالات واقعيـة
بودي لو كان في المجال متسع لذكر حالات كثيرة استطاع الطب الهوميوباثي أن يعالجها لكي أوفيه حقّه . إلا أن الغاية من الكتاب هي التعريف بهذه العلاجات البديلة كمقدمة لما نرجو من الله أن يوفقنا إلي تحقيقه من إخراج أعمال منفصلة عن كل من فروع الطب البديل . فإذا أردت أن أوف الهوميوباثي حقه يجب أن أذكر الحالات المتنوعة الحادة والمزمنة والاضطرارية والخطرة ، وأن أذكر في كل منها أنواعا متعددة من الأمراض والظروف المختلفة لكي تتوضح طريقة الطب الهوميوباثي في التشخيص والعلاج عملياً بعد أن تكلمنا عنها نظرياً . ولكن لنأمل أن يكون فيما سنذكر الكفاية . هذا وأرجو ملاحظة نجاح الهوميوباثي قبل عشرات السنين أو حتى قرن كامل في علاج حالات مرضية لا يزال الطب المتداول إلى الآن عاجز عنها
1- السكري . رجل في السابعة والأربعين يشكو من السكري منذ ثلاث سنوات . فقد 14 كغم من وزنه ، صعوبة في النوم مع آلام في البطن ، عصبي جداً ، ضربات القلب قوية والنبض سريع ، يتبول كثيراً . زار عدة أطباء ولم ينجحوا في تحسين حالته . بعد شهر واحد من العلاج الهوميوباثي اختفى السكر من البول. وبعد أربعة أشهر أصبح بصحة تامة . (العام 1890م !)
2- الأورام . امرأة عمرها 41 سنة، نصحها الطبيب بإجراء عملية لإزالة أورام في الرحم . حالتها الصحية سيئة حيث تبدو شاحبة ومتعبة وضعيفة . تعاني من حساسية في الجلد وآلام في الظهر ، عسر في الهضم مع انتفاخ معدي بعد الأكل ، وإمساك حاد وأعراض غير صحية أخرى (أنظر كيف يأخذ الطبيب الهوميوباثي كل الأعراض حتى وإن بدت غير مترابطة ببعضها) . وقد وجد أن الرحم متضخم مع وجود عدة أورام صغيرة (FIBROIDS) . بدأ العلاج في نهاية تشرين الأول (أكتوبر) عام 1935 م . ولما فحصها الطبيب الذي نصحها بإجراء العملية في نيسان (إبريل) عام 1936 م ، كانت الأورام قد تلاشت تقريبا . وبعد بضعة أشهر أخرى زالت نهائياً مع تحسن أو زوال معظم الأعراض السيئة الأخرى .

3- ا لأورام أيضاً . امرأة أخرى ظهر ورم آخر في كليتها بعد سنة من إزالة الورم الأول بالاستئصال . ورفض الجرّاح إجراء عملية وأعطاها حقن المورفين لتخفيف الآلام فقط . لذا لجأت إلى ، الهوميوباثي . وبعد أيام معدودة زالت الآلام ، أما الأورام فقد زالت تقريباً بعد 15 شهراً من العلاج .
4- ا لأورام أيضاً . امرأة أخرى مصابة بورم في الثدي الأيمن وبحجم رأس طفل وكان واضحاً من صلابته وشكله بأنه ورم سرطاني بكل تأكيد . وبعد أربعة أشهر من العلاج زال الورم نهائياً .
5- ق رحة المعدة الإثني عشري . شاب في الثلاثين من العمر يشكو من قرحة الإثني عشري منذ عشرين عاماً . الآلام ما بين مد وجزر . أول حالة نزيف حصلت عندما كان عمره 17 عاماً ، ومنذ ذلك الحين نزف 9 مرات . أجرى عملية القرحة وقطع العصب التائه عام 1970م . ولم يمض 18 شهراً بعد العملية إلاّ وعاد النزيف ، وبمعدل مرة كل شهر حتى عام 1974 م عندما راجع الطبيب الهوميوباثي . وبدأ العلاج بعد أن استعلم الطبيب عن التاريخ الطبي العائلي والحالة النفسية للمريض وما يحب وما يكره وغيرها من التفاصيل التي لا يهتم بها الطبيب الاعتيادي . زاد وزنه بعد ذلك وتحسنت صحته تدريجياً . وآخر مرة راجع الطبيب كانت في عام 1976م حيث لم يكن يشكو شيئاً.
6- روماتزم المفاصل . جاءت امرأة إلى الطبيبة الهوميوباثية لعرض ابنها المريض . وكانت محنية الظهر تمشي على عكازين ، فسألتها الطبيبة عن أمرها ، فقالت . المريض ابني ، أما أنا فعليّ أن (أتعايش) مع روماتزم المفاصل كما قال الطبيب . فأقنعتها بالفحص . كانت ركبتاها متورمتين ومتصلبتين . أعطتها الطبيبة جرعة واحدة (واحدة فقط) من أحد الأدوية . ذهبت المرأة ولم تعد ، لكنها شوهدت بعد ستة أسابيع في الشارع ولكن بدون العكازين ! وعندما جاءت إلى العيادة كانت الركبتان ، بالحجم الطبيعي ولكن هناك بعض الألم . فنصحت بأن تستمر على العلاج نفسه ، وأعطيت جرعة أخرى (واحدة أيضاً !) ليستمر التحسن أكثر فأكثر . نعم إنه يشبه السحر ! ! .
7- روماتزم المفاصل أيضاً . امرأة عمرها 68 عاماً ، مقعدة منذ سنتين بسبب آلام مفاصل الرقبة والحوض والكاحل التي تنتقل من الحوض إلى الركبتين والقدمين . أعطيت جرعة واحدة (واحدة فقط) من أحد الأدوية فتحسنت واستمرت بالتحسن . وهي الآن (بعد أشهر قليلة) لا تزال تتحسن وتسير وتصعد وتهبط السلم .
8- الصرع. إذا سألت أي أخصائي بالأعصاب عن احتمالات الشفاء من الصرع خصوصاً إذا كان سببه حادث بالرأس سيجيبك صفر ! ولكن اسمع القصة التالية : شابة في الثامنة عشر من العمر تشكو من نوبات الصرع العديدة (يومياً أحيانا) . وبعد فشل الطب المتداول في علاجها بالأدوية نصحت بإجراء عملية في الجمجمة . ولكنها راجعت الطبيب الهوميوباثي الذي أعطاها أحد الأدوية لمدة ثلاثة أيام . في البداية زادت النوبات حدة وعدداً (وهذه استجابة معتادة لدواء الهوميوباثي بسبب زيادة الأعراض بفعل الدواء نفسه لتحفيز الجسم لمقاومته كما أصبحت تعرف ذلك الآن) . ولكن بعد شهر فقط أصيبت بنوبة الصرع الأخيرة ، وهي الآن بعد 6 سنوات تتمتع بصحة تامة ! ! كان هذا في العام 1909م ! ! .
9- ال شلل . طفل عمره 6 سنوات ، مصاب بشلل الذر ا ع الأيسر والمريء والبلعوم صعوبة في البلع ، وسوائل تخرج من أنفه مع أعراض أخرى كثيرة كالإمساك والشحوب . وعموماً كانت حالته تزداد سوءاً . وكان الطفل قد تعرض للتسمم قبل ثلاث سنوات لكنه شفي بدون مراجعة الطبيب ، وهو شيء لا يكتشف إلاّ بأسئلة الطبيب الهوميوباثي الدقيقة . وهو يتكلم ويبكي في نومه . وكان الشلل كاملاً تقريباً في اليسرى ، وكان بادئاً في اليمنى . وبعد علاج لمدة ستة أشهر شفي شفاءاً كاملا .

10- مقدمات عجز الكلية . لا يوجد في الطب المتداول علاج لهذه الحالة المؤدية إلى عجز الكلية والذي إن حدث يصبح لزاماً على المريض أن يذهب باستمرار إلى المستشفى لإجراء عملية تنقية الدم بجهاز الكلية الصناعية ، وكان رجل عمره 2-7 عاماً قد أصيب بهذه التشنجات البولية بسبب تجمع السموم (اليوريا) في الدم لعجز الكليتين عن العمل . وكان قد أصيب عدة مرات بهذه النوبات التشنجية مع ألم حاد جداً على جانبي الجسم إلى الرأس ثم يصاب بالإغماء . وبعد أن يصحو يبدأ بالعودة إلى الوضع الطبيعي وذلك يستغرق ثلاث إلى أربع ساعات . وبعد أن لاحظ الطبيب أن النوبات تحدث في النهار فقط ، وإن المريض يشخر في نومه وغير ذلك من الأمور التي لا يهتم بها الطبيب المتخصص بالكلية ، أعطاه جرعة واحدة فقط من الدواء المناسب له كمريض . بعدها أصيب بنوبة واحدة فقط وأخف من السابق . ثم اختفى الألبومين من الدم ولم يعد هناك وجود لأي مشكلة .
11- مشاكل الرحم والحيض . شابة عمرها 20 سنة تشكو من حيض ضعيف مع الآلام في البطن . كان رحمها زاحفاً من المكان الطبيعي ، وكانت تشكو أيضاً من الآلام الشديدة في جبهتا مع تشوش في النظر ، وألم في أسفل الظهر والحوض . وكانت تعاني كثيراً أثناء الحيض . وكانت حساسة جداً ولا تحتمل أن تتكلم كلمة واحدة بلطف مع زملائها في العمل . وكان الجراح قد أخبرها بأنها تحتاج إلى عملية تجريف في الرحم لتخفيف معاناتها أثناء الحيض ، وأن تجري عملية أخرى بعدها لتثبيت الرحم في مكانه .
ولكن بعد جرعة أو جرعتين من أحد الأدوية الهوميوباثية بدرجة تخفيف عالية زالت كل مشاكلها ، وأصبحت تأتي إلى العمل فرحة مرحة ، وضاحكة من فكرة العمليات التي أخبرها عنها الجرّاح ! ! .

هذا وتصور سهولة علاج الحالات التي لا عد لها ولا حصر للفتيات والنساء اللواتي يعانين من آلام الحيض ، واللواتي لا يحتاج الطبيب الهوميوباثي لعلاجهن علاجاً نهائياً كاملاً لا رجعة فيه لأي عارض إلا لجرعة أو جرعتين أو بضع جرعات من أدوية هوميوباثية تستعمل كثيراً ، وبدون الحاجة للفحص الداخلي مع ما به من ألم وضيق يا وإحراج .
الزائدة الدودية . وهذا مثال على الهوميوباثي في حالة اضطرارية مستعجلة ، وبنفس الوقت لا حل لها عند الطب المتداول غير العملية الجراحية . شابة ترقد في السرير بسبب آلام حادة في البطن في منطقة الزائدة . وكانت الآلام من القوة بحيث أنها كانت تريد الحركة ولكن الحركة مصاحبة بالآلام المبرحة . كانت آلامها تزيد مع كل نفس تستنشقه ، وكانت تطلب الماء البارد بكثرة ، وكانت حرارتها ونبضها مرتفعين . وبعد إعطائها الدواء في كل نصف ساعة ، خفّت الأعراض بحيث استرخت عضلات البطن بعد الجرعة الثانية فحسب . وبعد ساعتين من الجرعة الأولى استطاعت أن تنام ، وعاد نبضها وحرارتها إلى الطبيعي وانتهت المشكلة . وبعد الفحص في اليوم التالي كانت المريضة على ما يرام تماماً .

الطب الهندي (الأيورفيدا).

الطب الهندي (الإيروفيدا)
إن الطب الأيورفيدي هو الموروث العشبي السائد في الهند والأقاليم المحيطة . ويعتقد أنه أقدم نظام للعلاج في العالم ، بل أنه متقدم في الزمن على الطب الصيني .واليوم ، تشجعه الحكومة بقوة كبديل للطب العربي التقليدي .
يشتق اسم أيورفيدا من كلمتين هنديتين : ((أيور Ayur ((وتعني الحياة ، و((فدا ((Vedaوتعني معرفة أو علم . الطب الأيورفيدي ليس مجرد النظام للعلاج ، إنه طريقة للحياة تضم العلم والدين والفلسفة فتزيد الرفاه وتطيل العمر وتؤدي في نهاية المطاف إلى تحقيق الذات . وهو يهدف إلى إحداث وحدة بين الصحة البدنية والعاطفية والروحية. وتمكن هذه الحالة الفرد من الدخول في علاقة منسجمة مع الوعي الكوني .
الأصول المبكرة
تطورت الأيورفيدا على مدى 5000 سنة في المناطق النائية من الهملايا من الحكمة العميقة للمعلمين المتنورين روحيًا . وقد انتقلت تعاليمهم شفهياً من معلم إلى طالب علم ، واستقرت في نهاية المطاف في الشعر السنسكريتي المعروف بالفيدا .Vedas هذه الكتابات التي ترجع إلى نحو سنة 1500 ق.م هي عصارة المعرفة التاريخية والدينية والفلسفية والطبية ، وتشكل أساس التراث الثقافي الهندي . وأكثر هذه النصوص أهمية ((ريا فيدا Rig Veda ((و (أثارفا فيدا ((Atharva Veda .
في نحو سنة 800 ق.م، أنشا بونارفاسوا أتريا Punarvasu Atreya أول كلية طب أيورفيدي . وقام هو وتلاميذه بتدوين المعرفة الطبية في رسائل كان لها تأثير كبير على شاراكا Charka ، وهو باحث عاش ودرس حوالي سنة 700 ق. م. تصف كتاباته ،))شاراكا سَميتها Charka Samhita1500 ((نبتة ، وتحدد 350 منها كأدوية قيمة . ولايزال ممارسوا الطب الأيورفيري يرجعون إلى هذا النص المرجعي الرئيسي حتى الآن. والعمل الرئيسي الثاني هو ((سوسروتا سَمهيتا Susruta((samhita، وقد كتب بعد قرن من الزمن ، ويشكل أساس الجراحة الحديثة ولا يزال يرجع إليه حتى اليوم .
تأثير الأيورفيدا
ترجع جذور أنظمة الطب الأخرى مثل الطب الصيني والتيبتي والإسلامي (الطب الأوناني)
إلى الأيورفيدا . فعلى سبيل المثال ، كان بوذا (ولد نحو سنة 550 ق.م.) من أتباع الأيورفيدا ، وترافق انتشار البوذية في التيبت في القرون التالية مع تزايد ممارسة الأيورفيدا . كانت الحضارات القديمة تتصل بعضها ببعض بواسطة الطرق التجارية . فالتجار العرب نشروا المعرفة الهندية بالنباتات فدرس الأطباء العرب الطّب الأيورفيدي ،وأدرجوا النباتات الهندية في موادهم الطبية . ونقلت هذه المعارف إلى الإغريق والرومان ، الذين شكلت ممارساتهم في نهاية المطاف أساس الطب الأوروبي .
العناصر الخمسة
الأيورفيدا نظام شامل فريد يستند إلى تفاعل الجسم والعقل والروح . وفي الأيورفيدا ، يعتبر العقل الصرف أو الوعي منبع كل أوجه الوجود . والطاقة والمادة واحد . تتجلى الطاقة في خمسة عناصر : الأثير والهواء والنار والماء والتراب . وهي مجتمعة تشكل أساس المادة بأكملها . في الجسم ، يكون الأثير موجوداً في تجاويف الفم والبطن والسبيل الهضمي والصدر والرئتين . ويتبدى الهواء بحركات

العضلات ونبضات القلب وأعمال السبيل الهضمي والجهاز الهضمي . وتتبدى النار في الجهاز الهضمي والاستقلاب ودرجة حرارة الجسم والبصر والذكاء . ويوجد الماء في العصارات الهضمية والغدد اللعابية والأغشية المخاطية والدم والسيتوبلازما . ويوجد التراب في الأظافر والجلد والشعر فضلا عن العناصر التي تثبت الجسم بعضه إلى بعض :العظم والغضاريف والعضلات والأوتار . تتبدى العناصر الخمسة في عمل الحواس الخمس ، وهي تتصل اتصالا وثيقا بقدرتنا على فهم المحيط الذي نعيش فيه والتفاعل معه . ففي الأيورفيدا ، الأثير والهواء والنار والماء والتراب تقابل السمع واللمس والبصر والذوق والشم على التوالي .

الدٌوشا والصحة

تجتمع العناصر الخمسة لتشكيل ثلاث قوى ، تعرف بعناصر ((الدوشا الثلاث ((tridoshas، وتوجد في كل شيء في الكون وتؤثر على كل العمليات العقلية والبدنية . من الأثير والهواء ينشا عنصر ((الفاتا vata ((، ويعطي الماء والنار عنصر ((البيتا pitta ((، وينتج التراب والماء عنصر)) الكافا . kapha ((وتقابل هذه العناصر الأخلاط الثلاثة للطب التيبتي وتشبه إلى حد ما نظرية الأخلاط الأربعة لجالينوس .

وبحسب الأيورفيدا فإننا نولد جميعا بتوازن معين لعناصر ((الدوشا)) . وتتحدد النسب إلى حد كبير بتوازن عناصر ((الدوشا)) عند الوالدين وقت الحمل . ويخضع نوع الجسم والمزاج وقابلية المرض ، إلى حد كبير ، إلى سيطرة ((الدوشا)) السائد . وبهذه الطريقة نرث بنيتنا الأساسية ، وتدعى ((براكروتيprakruti ((، التي تبقى دون تغير طيلة حياتنا .
إن المطلب الأول للصحة في الأيورفيدا هو التوازن الصحيح لعناصر ((الدوشا)) . فإذا اختل التوازن ، ينتج المرض ، أو ما يسمى ((رياضي . ryadhi ((وربما يتبدى الإخلال بانزعاج بدني وألم ، أو بمعاناة عقلية وعاطفية ، بما في ذلك الغيرة والغضب والخوف والأسف . وفيما يؤثر توازن عناصر ((الدوشا)) لدينا على قابلية التعرض لبعض أنواع المرض ، فأن هذه العناصر لا تعمل في فراغ .
أن تأثير نمط حياتنا على بنية جسمنا ، أي ((براكروتي ((، ويدعى ((فاكروتي ((vakruti، يؤثر بشدة على الصحة العامة، وربما أخل بتوازن)) الدوشا .((
وينشأ المرض أيضا إذا ما أنقطع دفق الطاقة ((البرانا prana ((حول الجسم . ينتقل دفق الطاقة عبر مراكز ((الشاكرا)) السبعة (مراكز الطاقة البدنية (الموجدة في نقاط مختلفة على طول العمود الفقري ، من تاج الرأس إلى العصعص . فإذا ما أعيق تدفق الطاقة بين هذه المراكز ، يزداد احتمال اعتلال الصحة .

زيارة ممارس أيورفيدي

يقيم الممارس الأيورفيدي بعناية بنية الجسم (براكروتي) ونمط الحياة) فاكروتي)أولا، وينطوي ذلك على أخذ سجل مفصل للحالة وفحص الجسم بعناية ، ويهتم بالبنية وخطوط الوجه والكفين ونوع البشرة والشعر ، وكلها تشير إلى نواح أعمق لحالة المريض . غير أن الأسس الرئيسية التي يرتكز عليها التشخيص هي مظهر اللسان وسرعة النبض . من هذه الناحية ، ثمة أشياء مشتركة كثيرة مع الطب الصيني والتيبتي حيث يتمتع هذان المؤشران أيضا بأهمية كبيرة . وقد طور الممارسون الأيورفيدي أسلوبا معقدا جدا لقياس نبض المريض ، يتطلب سنوات طويلة من الخبرة .
عندما يشخص اختلال في توازن ((الدوشا)) يعطى علاج طبي ونصائح بشأن نمط الحياة تكون الخطوة الأولى إزالة السموم ، وتشمل القياء العلاجي والتسهيل والحقن الشرجية وإعطاء الدواء في الأنف وتنقية الدم .

خصائص العلاج

تقع المعالجات اللاحقة في ثلاث فئات رئيسية : أدوية ذات أصول طبيعية وأنظمة غذائية وتعديلات سلوكية. وتصنيف الأدوية والأغذية والأنشطة الحياتية وفقاً

لتأثيرها على عناصر ((الدوشا)) الثلاثة . مثلا يتميز العارض الصحي المترافق مع فرط ((الكافا)) وهو عنصر الماء ، بالنزلة وفرط الوزن واحتباس الماء والوسن lethargy. ويصف الممارس تناول أغذية دافئة جافة وخفيفة لأن نوعية ((الكافا)) باردة ورطبة . وينصح أيضا بتجنب الأغذية الباردة الرطبة (مثل منتجات القمح والسكر والحليب) التي تزيد ((الكافا)). وقد تضم الأدوية العشبية توابل مدفئة مثل الزنجبيل Zingiber officinale وقرفة سيلان Cinnamomum verum والفليفلة الدغلية (Capsicum Frutescens) ، فضلا عن مواد مرة مثل الكركم الصباغي (Curcuma longa)والألوة . (Aloe Vera)

ويتوقف اختيار العلاج العشبي على)) نوعيته)) أو ((طاقته)) التي تحددها الأيورفيدا وفقاً لعشرين خاصية ، مثل حار أو بارد أو رطب أو جاف أو ثقيل وخفيف . كما تصنف الأيورفيدا أيضا الأدوية وفقا لست نكهات ، حلوة وحامضة ومالحة ومرة وحريفة ولاذعة . المواد الحلوة والحامضة والمالحة تزيد الماء (الكافا) وتنقص الهواء (القاتا) ، وللأدوية المرة والحريفة واللاذعة تزيد الهواء وتنقص الماء ، والأعشاب الحامضة والمالحة والحريفة تزيد النار) البيتا .(

المستحضرات والعلاجات

تشمل الأدوية الأيورفيدية ، بالإضافة إلى المستخلصات النباتية ، العسل والحليب ، وفي بعض الأحيان ، تضاعف جرعات صغيرة من المعادن مثل الملح . تأخذ العلاجات شكل الحبوب والمساحيق والبلاسم ، ومعظمها يحتوي على عدة مكونات مختلفة معدة وفقاً للاحتياجات الفردية . وقد يضم العلاج غسولاً أو حقناً شرجية أو وضع لبخات فضلاً عن التدليك بزيت عشبي دافىء وحرق البخور واستخدام الأحجار الكريمة والمعادن . والتطهير الطقوسي عند اختلال توازن العقل والعواطف . وربما ينصح بترتيل تعاويذ تستند إلى نصوص مقدسة وبتمارين التنفس والتأمل نظرا لقدرة الصوت وتأثير الذبذبات والتأمل على الجسم والعقل والروح .

قيمة الطب الأيورفيدي

تثبت أهمية الأيورفيدا جزئيا من ديمومتها ، لأنها بقيت كتراث غير متقطع آلآف السنين،وكان ذلك رغم العراقيل الكبيرة التي واجهتها . فظهور أمبراطورية المغول في القرن السادس عشر وسيادة الطب الإسلامي أدت إلى كبح الأيورفيدا في الهند بشكل جزئي . وفي القرن التاسع عشر، صرف البريطانيون النظر عنها بأعتبارها مجرد خرافة محلية ، وفي سنة 1833 أغلقوا كل المدارس الأيورفيدية وحظروا ممارسة الطب الأيورفيدي .وهكذا انهارت مراكز تعليم الهندية الكبيرة ، وأنكافأت المعرفة الأيورفيدية إلى القرى والمعابد . ولكن عند منعطف القرن ، أخذ بعض الاطباء الهنود والرجالات الإنجليزيين المتنورين يعيدون تقييم الأيورفيدا ، وعندما استقلت الهند سنة 1947م ، كانت الأيورفيدا قد استعادت مكانتها كنظام طبي مشروع . واليوم تزدهر الأيورفيدا إلى جانب الطب الأسلامي (الطب الأوناني) والطب التقليدي الغربي ، وتشجعها الحكومة الهندية بقوة كبديل غير مكلف للأدوية الغربية . وفي السنوات الأخيرة اجتذبت الأيورفيدا مزيدا من الاهتمام من قبل العلماء الصينين في الغرب واليابان ، وقررت منظمة الصحة العالمية تشجيع ممارستها في الدول النامية . تكمن قيمة الأيورفيدا في أنها ليست علما طبياً يتعامل مع علاج المرضى فحسب ، وإنما تقدم أيضاً للتوفيق بين الصحة ونمط العيش وبين الأوجه الشاملة للحياة اليومية ومن ثم فإنها تزيد الرفاه والإنسجام عند كل من يمارسها ، ولهذه الأسباب، تقدم الأيورفيدا فوائد دائمة لكل من يبحث عن بديل للممارسات الغربية التقليدية.

الطب الصيني (الكيجونج - تشي . جونج).

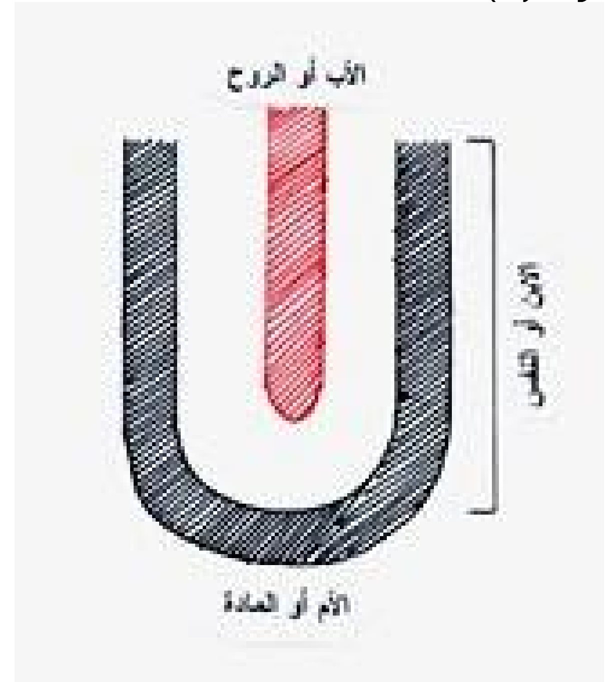
المبادئ الفلسفية للطب الصيني

يقول العلم حاليًا بنظرية الانفطار العظيم Big Bang كتعليل لخلق الكون. وعلى نحوٍ مشابه وموازٍ، قيل، في الاصطلاح الباطني، بوجود طاقة إلهية ناجمة عن تعبير معيَّن لهذه الطاقة. فعندما تقوم هذه الطاقة بالتشكُّل يتكوَّن قطبان تعبيريان هما علَّة الثنائية الموجودة في هذا الكون. وهذان القطبان هما:

1. **الروح** Spirit أو "الأب"
2. **المادة** Matter أو "الأم"

وينشأ عن اتحاد المادة بالروح **النفس** Soul أو "الابن".

ومادامت النفس قد نشأت عن اتحاد المادة بالروح، تكون، في النهاية، انعكاسًا للطاقة الحياتية الطبيعية البدئية. من الواحد نشأ الاثنان، ومن الاثنين نشأت الثلاثة، وهما معًا تجلِّيان للواحد (الرسم 1).

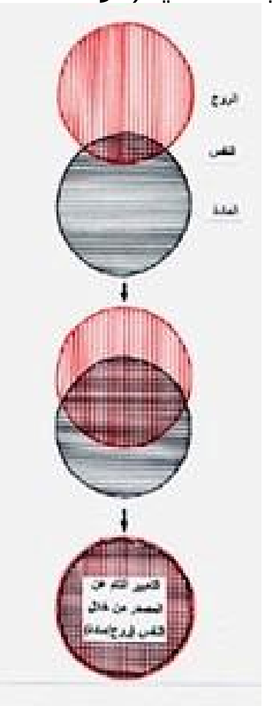


يعبِّر كلٌّ من جوهري الأب والأم عن مظاهر مختلفة من العقل الإلهي: فجوهر الأب أو الروح (أو الينغ Yang في الفلسفة الصينية) يولِّد مفاهيم الإيجابية، الذكورة، السيطرة، الحركة النابذة أو المتجهة للخارج، المنطق، وهو بذلك يمثل إرادة الخلق والنمو؛ أما جوهر الأم أو المادة (أو الين Yin في الفلسفة الصينية) فيولِّد مفاهيم السلبية، الأنوثة، الاستقبال، الحركة الجاذبة أو المتجهة للداخل، الحساسية والرعاية، وهو تمثل بذلك حكمة جمع كل ما هو ضروري لرعاية بذور الخالق المؤدية للولادة الجديدة ولاستمرار الحياة.

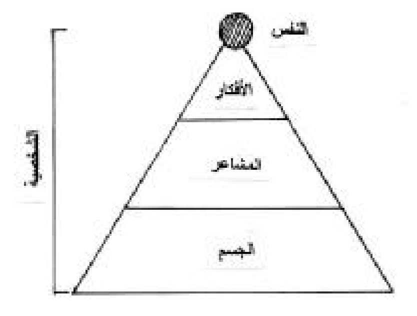
هنا يحصل الاتحاد بواسطة قوة الانجذاب أو المحبة التي تتجلَّى في جوهر الابن أو النفس. وهكذا يجوز لنا القول إن طاقة الإرادة قدرة كهربائية سلبية أو إيجابية، كما ذكرنا عن جوهر الأب أو الأم؛ أما طاقة المحبة فهي طاقة مغناطيسية تجذب الأب نحو الأم، أو الذكورة نحو الأنوثة، أو الينغ نحو الين، وبالعكس؛ ومن اجتماع المحبة مع الإرادة تتولد طاقة كهرطيسية.

ومن خلال هذه المصطلحات الإنسانية نقول إن الأب يعطي بذور تولُّد الطفل وتكوُّنه، بينما تقدِّم الأم الخواص الاستقبالية للرحم لكي ينمو الطفل، وبواسطة حكمتها،

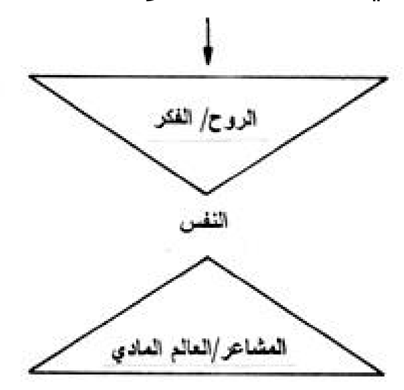
تستعمل المواد التي يعطيها الأب للحصول على أفضل شروط نمو الطفل؛ وكلاهما يشارك، بالأهمية نفسها، في تكوين الطفل (أو النفس) التي تعبِّر عن قوة محبتهما.
يتكوَّن كل شيء حيٍّ من التداخل بين المادة والروح. ولذلك كان لكلِّ شيء حيٍّ نفسٌ، بدءًا من الذرة حتى المجرَّة. وفي كثير من الحالات قد تكون النفس جمعية؛ أي أن نفسًا واحدة تخصُّ مجموعة من العناصر، كما هي حال معظم عناصر الطبيعة، باستثناء الإنسان، حيث توجد نفس واحدة مميِّزة لكلِّ إنسان. وهذا ما يعطيه الوعي المتميز والتنوع الهائل الذي تُعتبَر بصمات الأصابع من أبسط الأمثلة عليه.
يحوي كلٌّ من الروح والمادة مستوى فطريًا من العقل والإبداع من جراء انبثاقه من القدرة الإلهية الأصلية. وباتحادهما، تتكوَّن النفس كمستوى من الوعي والإدراك الحاصلين من التقاء هذين العنصرين. وتبعًا لدرجة اللقاء أو الاتحاد الحاصل بينهما تكون درجة الوعي النفسي، أو ما يسمى Shen في الفلسفة الصينية. فدرجة وعي خلية تختلف عن درجة وعي نبات أو حيوان أو إنسان، كما أنها تختلف من إنسان لآخر (الرسم 2-1).
وإن غاية الحياة هي زيادة درجة الوعي عن طريق زيادة تداخل المادة بالروح، حتى لا يكون هناك في النهاية أيُّ افتراق بين هذين القطبين؛ وبذلك يكون وعي وإدراك النفس متطابقًا مع الوعي الكلِّي الأصلي (الرسمان 2-2، 3).



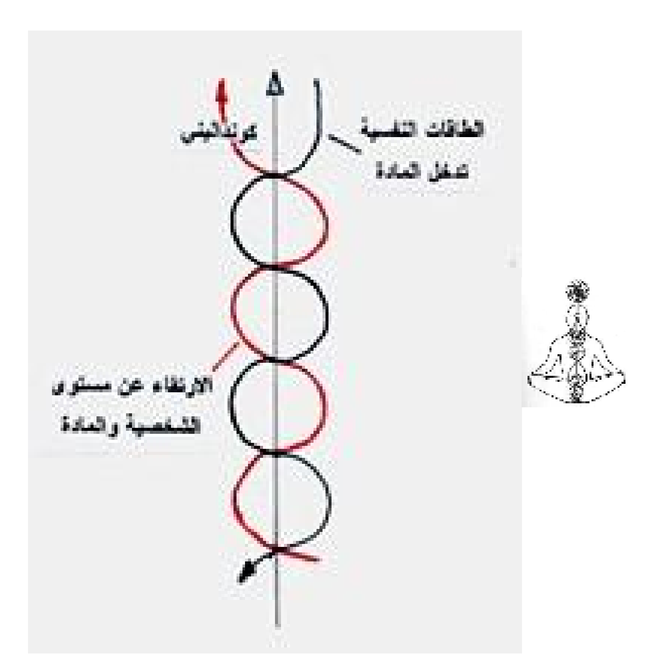
إذًا يمكننا القول إن مسيرة الإنسان تقتضي أن يصبح مدركًا أو واعيًا لنفسه، أو بالأحرى، أن يعرف نفسه. وهذا طبعًا لا يحصل بين ليلة وضحاها، بل هو مسيرة تطورية يصبح فيها الإنسان قادرًا على رؤية نفسه مستقلاً عن جسمه ومشاعره وأفكاره أو ما يسميه بشخصيته (الرسم 3).



وبنمو هذا الوعي، يزداد حضور العالم الروحي في ذلك الشخص، ويدرك الدور الصغير – لكن المهم جدًا – للإنسان في هذه الخطة الكونية العظيمة (الرسم 4).



وبالطبع ندرك أن قدرة الإنسان على تمييز النفس عن الشخصية قد خلقت قطبين جديدين لا بدَّ من اتحادهما من جديد قبل أن نستطيع القول إن هذا الإنسان قد أصبح كائنًا روحيًا. لذلك، بعد إدراك النفس بأنها شيء مستقل عن الشخصية، لا بدَّ لنا أن نستنزلها، أي نستحضرها في الأفكار والمشاعر والجسم الفيزيائي، لكي تصبح إرادة النفس والشخصية واحدة. وفقط عندئذٍ تصبح النفس منغمسة تمامًا في الشكل الجسماني، وتستطيع طاقة Kundalini (حسب مصطلح الهنود) التصاعد بشكل طبيعي، دونما أيِّ إكراه (الرسمان 5-1 و 5-2).



مبدآ الين والينغ

يطلق الصينيون على الثنائية المذكورة سابقًا تسميتي الين والينغ، ويطلقون على المصدر الكلِّي الموحِّد اسم الـTao. وكلٌّ من حدَّي هذه الثنائية لا يوجد دون الآخر: فلا يمكننا معرفة الليل دون معرفة النهار، أو معرفة الشهيق دون الزفير، أو الذكر دون الأنثى، إلخ؛ وكلٌّ منهما يحمل معه قدرة التحوُّل نحو الآخر.



يوصف الين بأنه بارد، هادئ، ساكن، معتم، متجاوب، متناقص، ومتَّجه نحو الداخل؛ أما الينغ فحارٌّ، متحرك، فعَّال، مشرق، محرِّض، متزايد، ومتَّجه نحو الخارج. ويمكن التعبير عن الين والينغ من خلال الرمز الطاوي المعروف (الرسمان 6 و7-1).

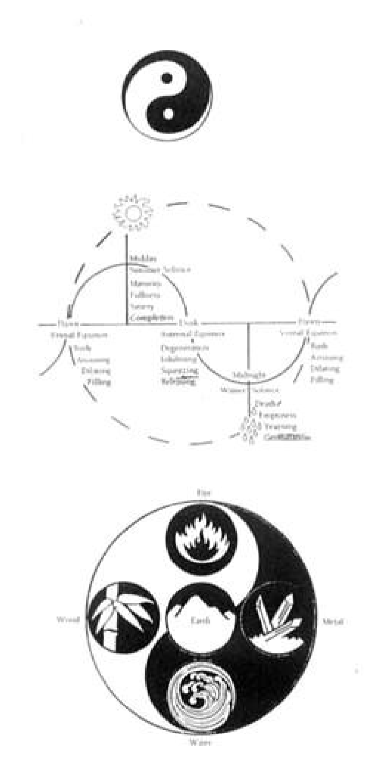
يقول Lao-tzu، شيخ حكماء الطاوية:

> الانحناء هو الاستقامة.
> الفراغ هو الامتلاء.
> الاهتراء هو التجدد.
> امتلاك القليل هو حقُّ الامتلاك.

كما يقول Chuang-tzu، وهو حكيم طاوي آخر:

> مادامت هناك حياة يوجد موت، ومادام هناك موت توجد حياة. بسبب وجود ما هو صحيح يوجد ما هو عليل، وبسبب وجود ما هو عليل يوجد ما هو صحيح. هذا هو ذاك، وذاك هو هذا أيضًا. هل يوجد فعلاً فارق بين هذا وذاك؟ عندما ينعدم التضاد بين هذا وذاك نصل إلى التاو.

إذًا الين يُحدِث الينغ، والينغ يُحدِث الين، وكلٌّ منهما يفضي إلى الآخر؛ وكلٌّ منهما، في المآل، هو الآخر.



يبيِّن الخط الفاصل المتلوِّي في الرسم 7-1 أن هذين القطبين دائما التداخل واحدهما في الآخر، وتُظهر الدائرة الصغيرة ضمن كلٍّ منهما إمكان التحوُّل من الواحد للآخر:
تقول الفلسفة الصينية بأنه من المتعذر أن يلبث الإنسان في جزء معين وينسى الجزء الآخر، كما تقول بوجود قانون التوازن، ومفاده أن أيَّ ازدياد في أحد الجزئين نحو أقصاه يجعل الجزء الآخر يعود للظهور من أجل إعادة توازن الحالة إلى نصابه. وقد يكون الكثير من الأمراض محاولة الطبيعة لإصلاح عدم توازن معين عن طريق الجسم، وبالتالي يجب ألا يُنظَر إليها كعدوٍّ بل كصديق: فالمرض ليس دومًا قصاصًا أو علامة ضعف، بل هو منهج طبيعي لإعادة التوازن.

يجب ألا ننسى أن الثنائية موجودة أيضًا في كلِّ جزء من الأجزاء المنقسمة. بمعنى آخر فإن الين نفسه ينقسم إلى جزء أكثر ذكورة وجزء أكثر أنوثة؛ وكذلك يفعل الينغ الشيء نفسه. وتكون قابلية التحوُّل والتداخل بين جزء وآخر موجودة دائمًا؛ وعليه، يتكون عدد لا يحصى من التجلِّيات نتيجة الانقسام والتداخل المتكرِّرين. وهذا ما يعطي التنوع الهائل والرائع في الطبيعة وفي كل ما حولنا. فجذر النبات هو أكثر

أقسام النبات ثباتًا وتماسكًا وقساوة؛ وعليه، يكون أكثرها ذكورة (ينغ). ولكنه، في الوقت نفسه، معتم ومتَّجه نحو الداخل، وبالتالي، يتصف بصفات الين أيضًا. ثم تأتي الساق والأغصان والتفرعات الأدقُّ والأوراق والأزهار والثمار وأخيرًا البذور التي تُعتبَر أكثر الأقسام أنوثة (ين) لأنها تختزن كلَّ العناصر الأساسية لإنشاء النبات من جديد. فهي تدخل في مرحلة كمون لتعطي بعد ذلك نباتًا يفوقها أضعافًا في الحجم، وتدخل بذلك في الطور الذكري (طور الينغ). ولكن البذرة، مثلاً، سهلة التدحرج والحركة والنمو نحو الخارج؛ فهي تتصف أيضًا بصفات الينغ. لنأخذ، مثلاً، قطعة الطبشور: هل هي ينغ أم ين؟ إنها، من حيث الجفاف، ينغ، ومن حيث البرودة، ين؛ وبما أنها تتناقص حجمًا مع الوقت فهي ين؛ وبما أن لها سطح خارجي ظاهر وداخل باطن فالظاهر هو الينغ والباطن هو الين، إلخ.
وهكذا ينظر فلسفة الطب الصيني إلى كلِّ شيء في الوجود على أنه امتزاج للينغ بالين؛ وقد يميل الشيء نحو أحدهما أكثر من الآخر. وكذلك تقوم كلُّ مبادئ الحكمة الصينية وعلم النفس والتغذية والرياضة الجسدية والروحية الصينية على هذا المبدأ عينه. فلقد أبدع الصينيون، على سبيل المثال، مجموعة من الرياضات الجسمانية والروحية من أجل الحفاظ على حياة سليمة صحيحة، متناغمة مع الطبيعة ومع مبدأ الينغ–ين، صُنِّفَت إلى تمارين أعنف وأسرع، مثل Tai-ji-quen، وتمارين أهدأ مثل Qi-gong؛ ولكن في الوقت نفسه، يحتوي الـTai-ji-quen على مدارس متعددة، منها ما هو أعنف (ينغ)، ومنها أهدأ (ين). وفي الوقت نفسه فإن الـQi-gong (الذي يُعتبَر ين بالمقارنة مع Tai-ji-quen) قد اشتُقَّ منه الـGong-fu والـTae-kuan-do اللذين يعتبران ينغ نسبيًا؛ وكذلك، فإن الـQi-qong، في مجال التطبيب، يُعتبَر ينغ بالمقارنة مع المعالجات الأكثر نعومة، مثل الـDo-in الذي يُعتبَر ين نسبيًا.
وعليه، أعيد وأكرر أن كلَّ شيء في هذا الكون هو مزيج من الينغ والين، وكل مظهر منهما قادر على التحوُّل إلى المظهر الآخر. ولا نستطيع القول إن هذا الشيء ينغ تمامًا أو ين تمامًا، ما لم نقارنه مع شيء آخر، وما لم نقل إنه، في مرحلة زمنية معينة، ينغ، وفي مرحلة أخرى، ين.
فعلى سبيل المثال، الشمس أكبر وأشد نورًا وسخونة من الأرض؛ فهي ينغ والأرض ين. ولكن الأرض، بالمقارنة مع القمر، ينغ؛ والشمس نفسها تتحول إلى ين في وقت ما، عندما تنتهي تفاعلاتها الكيميائية. عندما تسطع الشمس على جهة من الجبل فهذا الجزء ينغ، أما الجزء الآخر من الجبل فهو ين؛ ولكن بعد الظهر تنقلب الآية ويصير الينغ ين والين ينغ؛ وعندما يأتي الليل يمسي الجبل كلُّه مظلمًا وباردًا وهادئًا ويسطع القمر. فهنا يصبح ضوء القمر ينغ (مع أن القمر ين بالنسبة للشمس مثلاً) وسط ظلام الليل (ين).
لا يهتم الصينيون بمن أتى أولاً، البيضة أم الدجاجة. فالدجاجة تضع البيضة، أي أن الينغ يصنع الين؛ ولكن الدجاجة أيضًا تأتي من البيضة، أي أن الين يصنع الينغ. المهم بنظر الصينيين هو التداخل بينهما وليس الأسبق فيهما. فالنهار لا يسبِّب الليل، والولادة لا تسبِّب الموت، والصيف لا يسبِّب الشتاء، وإنما يتتابعان إلى الأبد. وفي الطب الصيني لا نهتم بالسبب والنتيجة، بل بما يحصل أمامنا من عدم توازن، إذ يتعين علينا إعادة التوازن إلى نصابه من جديد.
تبدأ مراحل الحياة بالمرحلة الجنينية، فالولادة، فالنمو المضطَّرد، فالتراجُع، فالموت. وتكون مرحلة شبابنا كالأرنب، سريعة، هوائية، متقلبة المزاج وخفيفة (ينغ)، بينما تكون سنوات شيخوختنا كالسلحفاة، بطيئة، متأنِّية، قريرة وهادئة (ين).
عندما نقوم بالشهيق ونملأ صدورنا بالهواء فنحن في مرحلة ينغ؛ وعندما نقوم بالزفير وإفراغ رئتينا من الهواء فنحن في المرحلة التقلصية للين. وفي فترة الصحو نحن في مرحلة ينغ، وخلال النوم نحن في مرحلة ين. ولكن النوم نفسه له عدة مراحل، منها مراحل أهدأ (ين)، ومنها أخرى أكثر سطحية (ينغ)؛ وكذلك حال الصحو.
يقدِّم الين القاعدة المادية للطاقة المتحوِّلة إلى ينغ. فالطعام – وهو هنا ين – يتحوَّل إلى مواد أقل تكثفًا وإلى طاقة – وهي هنا ينغ. كما تمتزج النطفة – وهي ينغ – مع

البويضة – وهي ين – لتتكون حياة جديدة من امتزاجهما، وبهذا تقوم النطفة بتحريك وتحويل المواد التي تقدِّمها البويضة.
تُعتبَر أحشاء الإنسان المحمية من العوامل الخارجية أعضاء ين، بالمقارنة مع الجلد والعضلات التي تُعتبَر ينغ. كذلك يُعتبَر النصف السفلي من الجسم، المماس للأرض، ين، يُعتبَر بينما النصف العلوي ينغ. كما أن القسم الأمامي من الجسم، الذي نقدر على حمايته بالذراعين والقدمين، ين؛ أما القسم الخلفي فهو ينغ.
كما تُصنَّف الأحشاء نفسها إلى أعضاء جوفاء، كالمعدة والمصران والمثانة، التي تقوم بأعمال التحويل والتصريف، وتُعتبَر ينغ، وإلى أعضاء غير جوفاء، كالكبد والطحال والرئة، التي تقوم بأعمال التركيب والتخزين، وتُعتبَر ين؛ ولكن، في الوقت نفسه، يقوم القلب – وهو عضو ين – بوظيفة تقلصية بدفع الدم، وهذا من صفات الينغ (الجدول رقم 1).

الجدول 1
علاقة الين بالينغ

الموضوع	Yin	Yang
السماء	القمر	الشمس
الوقت	منتصف الليل	منتصف النهار
الفصل	شتاء	صيف
الحرارة	برودة	سخونة
التميُّه	رطوبة	جفاف
المجال الضوئي	معتم	منير
الحقيقة	مستترة	منكشفة
التركيب	قاسٍ	طري
الكتلة	ثقيل	خفيف
المرحلة	التشكل Forming	التحول Transforming
الطبيعة المتشكلة	الطبيعة المادية	الطاقة
على مستوى الإنسان Human Microcosm		
الأبعاد	المشاعر والأفكار	الارتكاس والتعبير
الموضع	اللب (داخل الجسم)، تحت السرة، الجانب الأيمن	السطح (خارج الجسم)، أعلى السرة، الجانب الأيسر
الأحشاء	الكبد، القلب، الطحال، الرئة والكلية	المرارة، المصران الدقيق، المعدة، المصران الغليظ، المثانة
المكوِّنات	الدم والسوائل الخلوية (جوهر الين)	التشي والحرارة الاستقلابية (جوهر الينغ)
الوظيفة	بناء النسج Anabolism	تقويض النسج Catabolism
الحرارة	برودة	سخونة
مراحل الحياة	التراجع/الموت/الحمل	الولادة/النمو/النضج

الخلاصات الأساسية

أولاً. التشي:

لا تستطيع أية كلمة في اللغتين الإنكليزية أو العربية الإيحاء بدقة بالمعنى المقصود بالتشي في التراث الصيني. والمشكلة الأكبر أن الصينيين لا يميِّزون أصلاً بين المادة والطاقة، كما أن فكرة تعريف مفهوم بحدِّ ذاته فكرة غريبة في نظرهم، على العكس تمامًا من الغربيين. يمكننا القول – تجاوزًا – إن التشي هي المادة على تخوم تحولها

إلى طاقة، أو الطاقة في نقطة تحولها إلى مادة. وتسهيلاً للبحث فقط سنسمِّي التشي أحيانًا بالطاقة.
هناك ثلاثة مصادر للتشي: الأول هو التشي **الأصلية** أو الولادية Yuan-qi، التي تنتقلِ للأطفال من خلال أبويهم؛ وهي مسؤولة، إلى حدٍّ ما، عن بنية هذا الشخص، وتُختزَن في الكلية، بحسب الصينيين. المصدر الثاني للتشي يأتي من **الغذاء** Gu-qi. ويأتي المصدر الثالث من **التنفس** Kong-qi. ومن هذه المصادر الثلاثة تتكوَّن التشي التي تتخلل الجسم. ولها خمس وظائف رئيسية:
أولاها، أنها مسؤولة عن سائر حركات الجسم. وهي عمليًّا ترافق كافة الحركات ولا تنفصل عنها؛ فهي تسير مع الدم عند جريانه، وهي مسؤولة عن نموِّ الجسم، ولكنها تنمو أيضًا بنمو الجسم. وعليه، تتم الوظيفة الفسيولوجية الطبيعية للجسم من خلال حركة التشي الحرة المتناغمة في جميع الاتجاهات.
ثانيتها، أنها تحمي الجسم من العوامل المحرضة الخارجية. ويقول كتاب الإمبراطور الأصفر الشهير جدًّا Nei-jing بأنه إذا استطاعت العوامل المُمْرِضة اجتياح الجسم فهذا معناه وجود نقص في التشي.
ثالثًا: تكون التشي مسؤولة عن تحول العناصر بعضها إلى بعض. فالغذاء يتحول إلى دم وتشي ودموع وعرق وبول إلخ.
رابعًا: تقوم التشي بالمحافظة على ما في داخل الجسم وتحميه من الضياع الزائد للسوائل والعرق واللعاب مثلاً.
خامسًا: تدفئ التشي الجسم. تُعتبَر التشي، بحدِّ ذاتها، ينغ بالنسبة للدم. ولكن وظائف التشي نفسها قد تكون ينغ، مثل وظائف الحماية والتدفئة والحركة، أو ين، عندما تدعم مكونات الجسم والدم.

ثانيًا. الدم:

لا يعني الدم في الصينية تمامًا مفهوم الدم في الطب الغربي. فهو لا يجري فقط في الأوعية الدموية حسب اعتقادهم، بل يجري أيضًا في أقنية الأعضاء (والوظيفة المعطاة للشيء في الطب الصيني أهم بكثير من محاولة تحديد موقعه التشريحي فقط). يأتي الدم من التمثُّل الغذائي، وتعمل تشي الطحال على نقله للأعلى نحو الرئة (ما يشبه تقريبًا مفهوم القناة الصدرية في الطب الغربي)؛ وهناك تقوم التشي الغذائية بتحويل الخلاصة الغذائية إلى دم.
وبحسب الطب الصيني، يقوم القلب بضخ الدم، والكبد بخزن الدم، والطحال بإبقائه ضمن الأوعية. ونوضح هنا أن الدم، بحدِّ ذاته، يُعتبَر ين، أما حركته فتُعتبَر ينغ؛ يُعتبَر المخاط والبول والعرق ين، أما عملية إفرازها وحركتها فتُعتبَر ينغ؛ فيما تُعتبَر المواد الغذائية ين، وعملية هضمها ينغ. لا يمكن فصل الدم عن التشي؛ وعندما يحدث مثل هذا الانفصال لا يتحرك الدم ولا تعود للطاقة أو التشي أية قاعدة واقعية وتتوقف الحياة.

ثالثًا. الندى Moisture:

كما أن الينغ والين، أو الروح والمادة، يلتحمان لينجم عن اتحادهما الابن أو النفس، كذلك ينشأ الندى من امتزاج التشي بالدم؛ أو، بتعبير آخر، هو الحالة المتوسطة بينهما. ويؤدي الاستلقاء الطويل إلى ركودة الدم والندى، وبالتالي إلى موت الخلايا واستحالتها.

رابعًا. الجوهر Jing:

وهو، بحسب المفهوم الصيني، العنصر المسبِّب لكلِّ ما يتعلق بالحياة العضوية التي يُنظَر إليها كمادة سائلة تقريبًا؛ وهي داعمة ومغذية وأساس التكاثر والنمو. للجوهر مصدران: الأول هو الجوهر الخَلقي الموروث عن الوالدين – ولكلِّ شخص جوهر فريد يحدِّد طريقة نمو هذا الشخص، ويكون الجوهر الخَلقي متحدِّدًا عند الولادة، وتناقصُه المستمر، ثم زواله، ينهي الحياة العضوية. ويحدِّد الجوهر الخَلقي، بالاشتراك مع التشي الأصلية، بنية الشخص وتركيبه. الثاني هو الجوهر المكتسَب، ويأتي من العناصر المنقاة من الطعام.

تشكل التشي المظاهر الخارجية للحركة؛ بينما يكون الجينغ (الجوهر) أهدأ، وهو يعكس الجوهر الداخلي للنمو والتراجع. تنبعث التشي من الجوهر، لأن الجوهر الخَلقي هو قاعدة الحياة، كما تساعد التشي في تحويل الطعام إلى جوهر مكتسَب. بالمقارنة مع التشي، يُعتبَر الجوهر ين؛ أما بالمقارنة مع الدم فيُعتبَر ينغ.

خامسًا. الوعي الإنساني Shen:

قد يترجم أيضًا بكلمة "روح"، لكنها ليست كلمة دقيقة، لأن Shen تخصُّ الإنسان وحده دون سائر الكائنات الأخرى؛ فهي تعكس الوعي الإنساني وقابلية التطوير والاختيار والتمييز. يساعد كلٌّ من الأبوين أيضًا في تكوين الوعي الإنساني للطفل؛ ولكنه يتطور باستمرار بعد الولادة بواسطة التنفس والرياضات الروحية. في الإنسان الصحيح، يُعتبَر الوعي الإنساني قدرة الشخص على التفكير والمحاكمة ورغبة الشخص في الحياة. يظهر اضطراب الـShen ببطء تفكير الشخص والنسيان والأرق أو الكلام غير المترابط، وقد تؤدي الاضطرابات الشديدة إلى سبات أو جنون مرضي. ويُعتبَر الوعي الإنساني ينغ.

العناصر والطبائع الخمس:

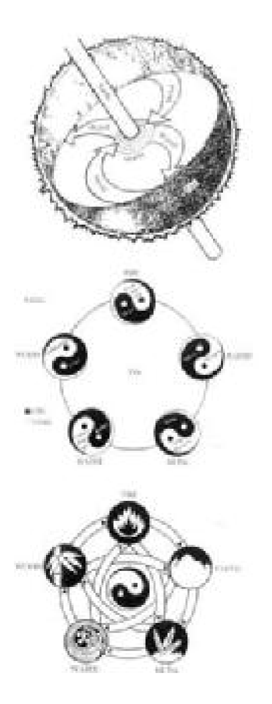
كما أن الطبيعة الأساسية غير المنقسمة، الموسومة بالتاو، قد تجلَّتْ في مظهري الينغ والين، كذلك كلٌّ من المظهرين ينقسم من جديد. يولِّد الينغ، في تصاعده، طبيعة الريح وعنصر الخشب؛ وعند بلوغه الذروة، يولِّد طبيعة النار وعنصر الحرارة. ويكون الأول مرتبطًا بفصل الربيع والثاني بفصل الصيف. ونصل الآن إلى المرحلة التي ينقلب فيها الينغ إلى ين؛ وهنا تتولد طبيعة الرطوبة وعنصر الأرض، كما في نهاية الصيف.

عند تصاعد الين، تتولَّد طبيعة الجفاف وعنصر المعدن وفصل الخريف؛ ثم يصل الين لذروته، فتتولَّد طبيعة البرودة وعنصر الماء وفصل الشتاء (الرسم 7-3).

تتكرر هذه السلسلة في دوران مستمر. ويمكن تشبيهها بمراحل الحياة: فالطفولة تكون فترة نمو جسمي ونفسي سريع في كل الاتجاهات، كما هي طبيعة الريح وكما ينمو النبات في فصل الربيع؛ وتشكل فترة المراهقة قمة الاندفاع العاطفي والهيجان، كما هي طبيعة النار وفصل الصيف؛ وتكون فترة النضوج والكهولة، مثل عنصر الأرض وطبيعة الرطوبة ونهاية الصيف، فترة انتقال من نموٍّ إلى تراجع، ومن هيجان إلى هدوء، ومن حرارة إلى برودة؛ ثم تأتي مرحلة الشيخوخة، وتكون، مثل طبيعة البرودة وعنصر الماء وفصل الشتاء، فترة ساكنة هادئة، تهيِّئ بذور الدورة الجديدة.

جدير بالذكر أن المفاهيم الصينية السابقة الذكر لا تتنافى مع المفاهيم الإغريقية والعربية ومعظم مفاهيم الشعوب الأخرى (كالهنود الحمر) حول الطبائع. فطبيعة الريح الصينية هي الطبيعة الهوائية، وطبيعة النار هي الطبيعة النارية، وطبيعة الجفاف أو المعدن هي الطبيعة الترابية، وطبيعة البرودة أو الماء هي الطبيعة المائية. ما يميِّز طب الصينيين هو أنه أتاح توازنًا أعمق بكثير مما قام به الإغريق والعرب، من خلال مفهوم طبيعة الرطوبة أو الأرض – وهي حالة التوازن بين الطبائع الذكرية والأنثوية – إذ جعلوها موجودة في صميم العضوية (الرسم 8-1).

وهكذا، تكون طاقة الريح طاقة توسعية حركية، وتكون طاقة النار طاقة متأججة اتحادية إتمامية، تكمن فيها ذروة تأجج الينغ؛ وتبدأ بعدها كفة الميزان بالاعتدال والاتجاه نحو الين. وهنا تأتي طاقة الرطوبة والأرض – وهي طاقة تسعى إلى الاعتدال والتوازن – فترجح كفة الميزان نحو الين، وتبدأ الطاقة التقلصية للمعدن بالعمل. وأخيرًا يأتي دور الماء ليعمل على تصليب الخميرة الناتجة وتوطيدها.



وكما أن كلَّ ما في الوجود هو امتزاج للينغ بالين، وتعبير عن نِسَبٍ مختلفة لامتزاجات مختلفة، كذلك يخضع كلُّ شيء في الوجود لنظرية العناصر الخمسة والطبائع الخمس: فهناك فصل لكلِّ طبيعة، وهناك اتجاه لكلِّ طبيعة، وهناك فترة زمنية يومية ومرحلة حياتية لكلِّ طبيعة، وصوت ورائحة لكلِّ طبيعة (الجدول 2). وما ينطبق على العالم الخارجي، أو ما يدعى بالكون الأكبر Macrocosm، ينطبق أيضًا على العالم الداخلي للإنسان، أو ما يدعى بالكون الأصغر Microcosm.

الجدول 2

التصنيف	**الخشب الريح**	**النار الحرارة**	**الأرض الرطوبة**	**المعدن الجفاف**	**الماء البرودة**
على مستوى الطبيعة Macrocosm					
الطاقة المعطاة	توسُّع	إتمام	تحوُّل	تقلص	توطيد
الفصل	ربيع	صيف	آخر الصيف	خريف	شتاء
الاتجاه	شرق	جنوب	مركز	غرب	شمال
الوقت	فجر	ظهر	بعد الظهر	غروب	منتصف الليل
مرحلة الحياة	الولادة	النمو	النضج	التراجع	الوفاة/التبذ ير
الرائحة	النمسة (السمن)	القارصة	العبقة، الفواحة	الزنخة (السمكية)	العفنة
المذاق	حامض	مر	حلو	حار	مالح
الصوت	الارتطام	الزمجرة	الدويّ	التصدُّع	الامتصاص
على مستوى الكائن البشري Human Microcosm					
مستوى الوعي	الوعي الفاعل Hun	الوعي المتسامي Shen	الوعي المنفعل Yi	الوعي البسيط Po	الوعي الأولي Zhi
الدافع الأساسي	خدمة الذات	انحلال الذات	تركيز الذات Self-	تحديد الذات	حفظ الذات Self-

	Self-serving	Self-dissolving	locating	Self-defining	preserving
الميزة	مثير للعواطف	حسّاس	متأمل	استدلالي	غريزي
الفعالية	تنفيذية	حدسية	استيعابية	تحليلية	تصفُّحية
التعبير	غضب	فرط استثارة	إعمال التفكير	أسى	خوف
الحالة الظاهرة	تنبُّه	استثارة	توازن	تثبُّط	عزلة
السائل المستخلص	الدمع	العرق	اللعاب	المخاط	البول
الصوت	صياح	قهقهة	تهدُّج (ارتعاش)	نشيج	أنين
الأعضاء	**شبكة الكبد** العين، الأظافر، الأربطة، الأعصاب	**شبكة القلب** الأذن الخارجية، اللسان، الشرايين	**شبكة الطحال** الفم، الشفاه، العضلات، شحم الكولاجين	**شبكة الرئة** الجلد، أشعار الجسم، الأوعية اللمفاوية والأوردة	**شبكة الكلية** الأذن الداخلية، العظام، الأسنان، شعر الرأس والعانة، نقي العظم، أعضاء التناسل، الشرج

هذا المبدأ واحد من أهم ما توصل إليه الصينيون من خلال الحكمة الطاوية. فأيُّ خلل في توازن الطبيعة يُحدِث خللاً في الإنسان؛ والعوامل نفسها التي تلعب دورًا في الطبيعة تتشابه مع عوامل تلعب دورًا في الإنسان.

تتقابل العناصر الخمسة في الإنسان مع خمسة أعضاء ين وخمسة أعضاء ينغ. يقال عن العضو إنه ين عندما يقوم باختزان الطاقة أو الجوهر الأكثر شفافية من المادة؛ بينما يقال عن العضو بأنه ينغ عندما يقوم بتحويل المادة من شكل لآخر، من شكل مادي إلى شكل أكثر لطافة وشفافية. وعليه، تكون أعضاء الين أكثر استقرارًا وثباتًا، وهي تشكل الآليات الديناميَّة التي تنظم الضغط والحرارة والاستقلاب وغيرها، وإذا حدثت إصابة ما أو مرض، تكون أكثر عمقًا وخطورة؛ وعلى العكس من ذلك، تكون أعضاء الينغ أكثر فعالية وعدم استقرار، وهي التي تقوم بأعمال الهضم والتحويل والإفراغ.

أعضاء الين الخمسة هي الكبد (يقابل الخشب)، القلب (يقابل النار)، الطحال (يقابل الأرض)، الرئة (تقابل المعدن)، والكلية (تقابل الماء). وأعضاء الينغ الخمسة هي المرارة، وهي عضو الينغ المقابل للكبد، المصران الدقيق يقابل القلب، المعدة تقابل الطحال، المصران الغليظ يقابل الرئة، والمثانة تقابل الكلية. فكلُّ عضو ينغ يرتبط بعضوين كثنائية. يقابل كل عضو سائلاً مستخلصًا، وحالة تعبيرية معينة، وصوتًا معينًا، ودافعًا، ومستوى وعي معين (الجدول 2).

تدخل هذه الأعضاء الخمسة في متوالية داعمة Supporting sequence على شكل دارة متصلة: فالخشب يدعم النار، والنار تدعم التراب، والتراب يدعم المعدن، والمعدن يدعم الماء، والماء يدعم الخشب. كذلك، تدخل في دارة محدِّدة: فالخشب يحدِّد

التراب، والتراب يحدِّد الماء، والماء يحدِّد النار، والنار تحدِّد المعدن، والمعدن يحدِّد الخشب (الرسمان 8-2 و8-3).
ينشأ عن هاتين الدارتين توازنٌ خلاق، بحيث إن اختلال أيِّ عامل أو عضو، على شكل زيادة أو نقصان، سيؤدي إلى سلسلة تفاعلات مستمرة تؤدي في النهاية إلى إعادة التوازن إلى نصابه.
ترتبط بكل عضو شبكة طويلة تسري فيها الطاقة؛ وتتصل تلك الشبكات بعضها ببعض اتصالاً وثيقًا، مما يسمح بتوازن أعظمي. تضاف للقنوات العشر قناة ين أخرى متصلة بالتأمور Pericardium، وقناة ينغ تابعة لما يسمى بالمحرق الثلاثي؛ وعليه، تتشكل اثنتا عشرة قناة رئيسية، تضاف إليها ثماني أقنية أخرى: تسمى الأولى بالقناة الحاكمة Du-mai, Governing channel، وهي تسيطر على جميع أقنية الينغ؛ والثانية قناة الحمل Ren-mai, Conception channel، وتسيطر على جميع أقنية الين؛ ثم تأتي القناة الحيوية Chong-mai، وهي أول قناة تتشكل عند الجنين وتسيطر على توازن الطاقة والدم في كل الأقنية الأساسية، ولها علاقة كبيرة بالطمث؛ ثم قناة الحزام Dai-mai التي تربط كلَّ أقنية الجسم بعضها ببعض وتحمي الجنين؛ ثم تأتي القناتان الرشيقتان Yang-qiao وYin-qiao اللتان تعملان على ربط قنوات الينغ والين بين النصفين الأيمن والأيسر للجسم؛ وأخيرًا، القناتان الجامعتان Yin-wei وYang-wei، ولهما دور كبير في ربط قنوات الينغ بعضها ببعض وقنوات الين بعضها ببعض.

الطاقات النفسية الخمس والمشاعر الخمس:

كما أن الينغ، في تصاعده، يولد طبيعة الريح وعنصر الخشب اللذين يرتبطان بالكبد، كذلك تتولد على المستوى النفسي طاقة الـHun؛ وهي كالريح فعالة سريعة متجهة نحو الأعلى، تسمح للشخص برغبة تحدِّي الظروف، ودفع نفسه إلى أقصى الحدود؛ ويشعر الشخص بالرغبة بالعمل في الظروف الصعبة، ويكون حامل هذه الطاقة راغبًا بالسرعة والتجديد، ويعشق المغامرات والحركة المستمرة، ويريد أن يكون الأول والأفضل والمتميز (الجدول 2).
عند تجاوز هذه الطاقة إلى حدٍّ ما تتحوَّل إلى نفاد صبر، وعدم تحمُّل، ومشاعر متضاربة، وآراء جديَّة؛ والانفعال الرئيسي الضار بهذه الطاقة هو الغضب. وعلى مستوى الجسم، يتجلَّى الاضطراب بالصداع الوعائي وارتفاع ضغط الدم والآلام المتنقلة والتشنجات العضلية ويعرِّض صاحبه لإدمان المنشطات والمهدئات Stimulants and tranquilizers.
عندما يبلغ الينغ ذروته يتولد عنصر النار وطبيعة الحرارة التي ترتبط بالقلب، فتتولد على المستوى النفسي طاقة الـShen التي تكون قوية وشديدة التأثير، باستطاعتها قلب كيان الشخص بأكمله، كما تفعل النار، خلال ثوانٍ، كما يحدث في فترة المراهقة؛ وهي تسمح للشخص بالاستثارة والغبطة، وتسمح للرغبات والبهجة بالتفتح، ويعشق صاحبها العلاقات الحميمة والمشاعر، ويكون دافئًا وحيويًا وذكيًا.
عندما تتجاوز هذه الطاقة حدَّها تتحوَّل إلى هياج وقلق وأرق وانهيار عصبي وإهلاسات حسية مختلفة؛ والانفعال المرتبط بهذه الطاقة هو الهوس. وعلى مستوى الجسم، يتجلَّى الاضطراب بفرط تعرُّق وهبوط سكر الدم وطفح جلدي وتسرُّع قلب، ويعرِّض صاحبه لإدمان المهلِّسات Hallucinogens.
يبدأ بعد ذلك طور الاعتدال، وتظهر طبيعة الرطوبة وعنصر الأرض وطاقة الـYi التي تكون متوازنة، عملية، تسمح للتحول الحاصل بين الينغ والين بأن يكون سلسًا وهادئًا؛ ولها دور كبير في اتخاذ القرارات وتنظيمها حسب أولويتها. يكون صاحب هذه الطاقة لطيفًا، محبوبًا، يريد أن يساهم في كلِّ شيء، ويشعر بالارتياح عندما يكون مرغوبًا فيه، ويبحث عن الانسجام والألفة وتوحيد الصفوف، ويصرُّ على الوفاء والأمان.
عندما تضطرب هذه الطاقة يصير الشخص كثير التفكك والشك بنفسه ويقلق كثيرًا؛ ويرتبط انفعال الوسواس بهذه الطاقة. وعلى المستوى الجسماني، يعاني الشخص من عسرة هضم وشهية متبدلة وحبس للسوائل في الجسم وآلام عضلية ونعاس وتوقعات غير واقعية وإحباطات متكررة.

يتصاعد الين فتتولد طبيعة الجفاف وعنصر المعدن وطاقة الـPo التي تسمح بالاستقرار والهدوء والرعاية وبناء أساسيات الحياة، كما يحصل في سنَّي النضج والكهولة. يكون صاحب هذه الطاقة محبًّا للقواعد والمنهجية والتعريف والبناء، ويحترم الفضيلة والسلطة، ويبغي العيش بحسب ما يمليه المنطق والمبادئ، ويريد الوصول بنفسه وبالآخرين إلى أفضل مستوى، كما أنه يعبد الجمال والأناقة والتفنن والدقة المتناهية.
عندما تتجاوز طاقة الـPo حدَّها الأقصى، يصاب الشخص باللامبالاة والتثبيط، أو على العكس، بالحزم الشديد وعدم الليونة والجدية المفرطة والابتعاد عن الآخرين، ويصير الاكتئاب هو الانفعال المسيطر على المستوى الجسماني؛ ويعاني الشخص من قساوة المفاصل والعضلات، ومن جفاف الشعر والأشعار، ومن التنفس السطحي، ومن بطء في الدوران المحيطي، ومن الدوالي والأعراض الصدرية.
لطاقة الـPo دورٌ كبير في مواجهة العالم الخارجي، وفي الشجاعة والشعور بالأمان. وقد يفسِّر هذا ما يحدث عند الأطفال الذين نشأوا في السنوات الأولى من حياتهم في جوٍّ غير آمِن، فيكونون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، وخاصة التي لها علاقة بالقصبات والرئة كالربو.
يبلغ الين ذروته، فتتولَّد طبيعة البرودة وعنصر الماء. وهنا يأتي دور الكلية وطاقة الـZhi التي لها علاقة كبيرة بقوة الإرادة، وتسمح لصاحبها بالقدرة على التأمل الداخلي واستنباط الأمور؛ ويكون صاحبها قادرًا على الاكتفاء بذاته، ومع هذا يندمج بسهولة مع الآخرين ويبحث عن الفهم والمعرفة ويفضِّل البقاء بعيدًا عن الأضواء.
عند اضطراب هذه الطاقة، يميل صاحبنا إلى العزلة والوحدة وعدم التواصل العاطفي والتعبيري، ولا يغفر بسهولة، ويصير متشككًا؛ والانفعال الغالب هو الخوف. وعلى المستوى الجسماني، يصاب الشخص بتصلُّب الشرايين وتخلخل الأسنان والعظام وسوء وضع اللثة وآلام الظهر والبرودة وفقدان الرغبة الجنسية.

مستويات الوعي الخمسة:

كذلك يربط الطب الصيني كلَّ طاقة من الطاقات بنمط معين من الوعي. تكون أولى درجات الوعي هي:
الوعي **البدئي** أو الأولي Primal awareness، وهو أول وعي يتكون في الخلايا الحية؛ ونراه بدءًا من وحيدات الخلية حتى الإنسان، وهدفه الحفاظ على العضوية Self-preservation وتجنب ما قد يؤذيها من عوامل خارجية، وله علاقة وثيقة بالغرائز الأساسية وطاقة الـZhi المرتبطة بالكلية؛ وهو الغالب في السنتين الأوليتين من حياة الطفل.
ثم يأتي الوعي **البسيط** Simple awareness، وهدفه تحديد العضوية Self-definition وأجزاءها وتمييزها عما يحيط بها؛ ويوجد في النصف الأرقى من الحيوانات. وعبر هذا الوعي، يستطيع الحيوان أو الإنسان معرفة أن هذا الطرف جزء منه وأن هذا حجر وهذه شجرة إلخ؛ وهو الوعي الغالب عند الطفل بعد السنة الثانية؛ وله علاقة بالغرائز الأكثر تطورًا من الغرائز الأساسية للحياة وبطاقة الـPo المرتبطة بالرئة.
ويأتي بعد ذلك دور الوعي **المنفعل** Passive awareness، وهدفه وضع العضوية في مكانها الصحيح، والقيام بالأعمال اليومية، والقدرة على اتخاذ القرارات وترتيب الأولويات؛ وهذا الوعي موجود فقط عند الإنسان، ويظهر خلال مراحل الطفولة المتأخرة والمراهقة؛ وله علاقة بطاقة الـYi المرتبطة بالطحال.
ثم يظهر الوعي **الفاعل** Active awareness، ويهدف إلى تأمين ما يحتاجه الإنسان في المستقبل، وإلى تحقيق الآمال والأهداف التي يسعى إليها الإنسان؛ ويظهر هذا الوعي في فترة البلوغ؛ وله علاقة بطاقة الـHun المرتبطة بالكبد.
يمكن القول – تجاوزًا – إن مجموع الوعي المنفعل والفاعل يشكلان ما يسمى وعي الذات Self-consciousness، الموجود فقط عند الإنسان. وعبر هذا الوعي لا يكون الإنسان قادرًا على تمييز ما حوله، من أشجار وحجارة وغيرها، وعلى تمييز أجزاء جسمه، وحسب، بل أيضًا قادر على التعامل مع أفكاره والحالات العقلية المختلفة. فالحيوان، مثلاً، يكون غارقًا في وعيه كسمكة في البحر، ولا يستطيع، حتى بخياله، النظر إلى أفكاره من الخارج، وإنْ للحظة؛ أما الإنسان فقادر على الحكم على أفكاره

وقراراته، فيقول لنفسه: "أنا أعرف أن هذا صحيح، وأنا أعرف أني أعرف أن هذا صحيح."

وكختام مسك، يأتي الوعي المتسامي أو المتعالي أو **الكوني** Cosmic or transcendental consciousness الذي له علاقة بطاقة الروح Shen المرتبطة بالقلب، ويهدف إلى ذوبان العضوية Self-dissolution في الكون الأعظم والحقيقة الإلهية العظمى. وهنا يعني الإنسان أنه، رغم انفصاله الظاهري عما حوله، إلا أن هناك وحدة تامة في الوجود وحقيقة عظمى انبثق عنها كل شيء. وهذا ما سماه الصينيون بالتاو Tao. ويشعر ذلك الإنسان، من خلال هذا الوعي، باتصاله بكلِّ شيء حوله. وليس هذا الوعي على درجة التفتح نفسها عند كل الناس.

كيفية إقامة التوازن:

نظر الصينيون إلى الإنسان على أنه كون صغير Microcosm، واهتموا بالعلاقة بين الإنسان وما حوله. فالإنسان لا يعيش في فراغ، بل، على العكس، يؤثر ويتأثر بكلِّ ما يجري من حوله في الكون. الحياة والموت ليسا إلا صورة مصغرة عما يجري في الكون والطبيعة، والقوانين التي تحكم حياة الإنسان وموته هي نفسها التي تحكم الكون بأسره والتي هي التوازن المتغير باستمرار والمتتابع بين الينغ والين. وعليه، فالإنسان عرضة لتغيرات الينغ والين على كافة الأصعدة: الطقس، الموقع الجغرافي، الفصول، درجة الحرارة، الألوان، الروائح، المذاقات المختلفة، وطبعًا العواطف المختلفة؛ وبعبارة مختصرة فإن أجسامنا تتأثر بكل مظهر من مظاهر الطبيعة.

الجدول 3

قوى الأنماط الخمس					
التصنيف	**الخشب** **الريح**	**النار** **الحرارة**	**الأرض** **الرطوبة**	**المعدن** **الجفاف**	**الماء** **البرودة**
القوة	التوسع	الاتحاد	الاعتدال	التقلص	التصلب
النمط الفردي	رائد	ساحر	صانع سلام	خيميائي	فيلسوف
النمط القومي	أمريكي	لاتيني	صيني	جرماني	إندونيسي
الرغبة في	الهدف	الإنجاز	الترابط	النظام	الحقيقة
ما يسعى إليه	العمل، التحدي، الاستقلال، التفرُّد، السرعة	المودة، العفوية، التعبير، الإحساس، الاستثارة	المجتمع، العائلة، الانسجام، التشارك المتبادل، الالتزام	المجتمع، المنطق، الجماليات، التعريف، البساطة، المعايير، الجودة	الأحجية، الخلوة، الاستمرار، الصيانة، الاكتفاء الذاتي
ما يخاف منه	السلطة، البطء، الإحباط، التدخل، الخضوع، التقييد، التسوية	الحدود، العزل، القساوة، الشك، التشوش، التبلُّد، الشيء المألوف	العزلة، الانفصال، التنازع، التغيير وعدم الثبات، الجشع، عدم الأمان	العفوية، التعقيد، اللامبالاة، القرب الشديد، الهراء، الإبهام	الخداع، الجهل، المشاركة، الإيمان، السطحية
الفضيلة	الحماس	الفتنة	الوفاء	التصرف الصحيح	الصدق

الطريقة	الفعل	التعاطف	الخدمة	الضبط	المعرفة
قيمة الشيء	الفائدة العملية	الحدس	الانسجام	النقاء والجودة	الاستمرار
الموهبة	المبادرة	التواصل	التفاوض	التمييز	الخيال
موضوع البحث الحياتي	**الهدف**: **ماذا أفعل؟** كيف أفعل؟	**الأبعاد**: ما هو مجال عملي؟	**التوجه**: ما هو دوري؟ أين أنا؟	**الحدود**: ما هو أنا وما هو ليس أنا؟	**الأصل والقدر**: ما هو ماضيَّ ومستقبلي؟
الأبعاد	الحركة	الفراغ	الموقع الزماني والمكاني	الشكل	الزمن
عرضة للإصابة	بالريح	بالحرارة	بالرطوبة	بالجفاف	بالبرد
المعايير الجنسية	أكثر، أفضل، أطول	الرعشة Orgasm الاتحاد	العناق التواصل	الطقس الجنسي المقدس	المسارَرة واكتشاف الأسرار

من أين يأتي عدم التوازن؟

لما كان الإنسان يخضع لكلٍّ هذه التغيرات من حوله فمن الطبيعي أن تقابلها تغيراتٌ في داخله. وعليه فإن كل طبيعة من الطبائع الخمس حوله تقابلها طبيعة معينة في داخله وعضو معين كما أسلفنا الذكر. يأتي عدم التوازن من تأثير العوامل الخارجية المؤذية، من ريح وبرودة، بسبب وجود خلل أصلاً في هذا الإنسان بين العناصر المختلفة داخله. كذلك يأتي عدم التوازن من السماح لانفعال معين (نظر الصينيون إلى الانفعالات كعوامل مُمْرِضَة) بالتغلب على الانفعالات الأخرى والتغلغل إلى الداخل والسيطرة على كيان الإنسان، سواء أكان هذا خوفًا أو كآبة أو غضبًا أو فرط سرور أو تهيجًا أو وسواسًا. وكذلك يأتي عدم التوازن من الاعتماد على أطعمة معينة ذات طبيعة معينة، أو عدم القيام بالتمارين الرياضية والحركة، أو عدم القيام بالتنفس الصحيح الذي هو مصدر هام للتشي، كالطعام سواء بسواء.

وكما أن الورق يتساقط في الخريف، وتميل الغيوم للاسوداد، وتغلب طبيعة معينة على هذا الفصل بكامله، إلا أن بذور الفصول الأخرى تكون موجودة في حالة كمون لتستعد للتعبير عن نفسها حين يحين الأوان، كذلك تغلب على كلِّ إنسان فينا طبيعة أو طبيعتان خلال حياة معينة، إلا أن الطبائع الأخرى تكون موجودة ولا بدَّ لها من التعبير عن نفسها، من وقت لآخر، حتى يحدث التوازن المطلوب؛ فتكون طبيعة معينة هي المحور الذي تدور حوله الطبائع الأخرى.

على الإنسان أن يفهم نقاط القوة في طبيعته ونقاط الضعف فيها ويعدِّلها باستمرار بما يستمدُّه من الطبائع الأخرى. والاستقرار التام لا يحصل ما لم يتم الاتحاد المستمر بالتاو من خلال فهم الطبائع الخمسة والارتقاء بها نحو الين والينغ، ومن بعدُ تجاوز هذه الثنائية وفهمها كظاهرتين مختلفتين لجوهر واحد هو التاو.

الجدول رقم 4

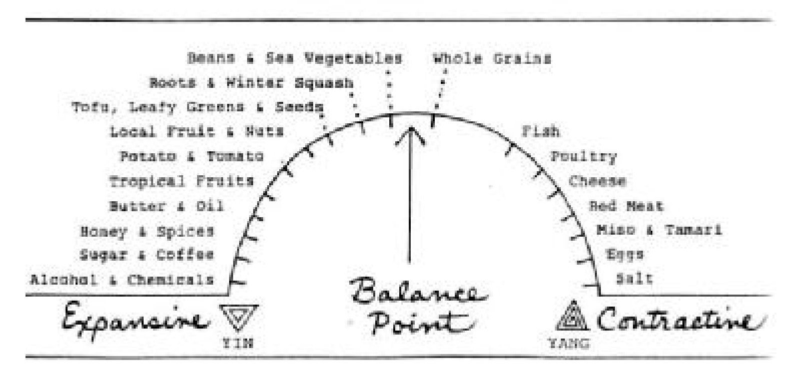
اضطرابات الأنماط الخمسة

	الخشب	**النار**	**الأرض**	**المعدن**	**الماء**
تضخم الطاقة	سيطرة	تضحية	إعاقة	تحديد	إبطال
تداعي الطاقة	انضغاط	عدم تكامل	ركود	انكماش	تحجُّر
الاهتمام	العمل	الإثارة	التفاصيل	المنهج	الأسرار

الأساسي					
يبحث عن	أفضل سبب	أفضل حبيب	أفضل عائلة	أفضل نظام	أفضل معلِّم
الهواجس الأساسية	الحلول، التغيير، الاستقلال	السعادة، العلاقات، الحميمة	إرضاء الآخرين، الأمان، التفاوض	الكمال، النظام، الفروق	الألغاز، الحقائق، مواجهة الموت
الميل الطبيعي نحو	المخاطرة، دوام الحركة	الإثارة، العلاقات	البحث عن الراحة، تجنب العزلة	البحث عن النظام الأفضل، الحكم على الأشياء	البحث عن العزلة، تجنب التعرض
يكره	الضعف، الروابط، الاتكال	الانفصال، الملل، الألم	التغيير، الانتقال، الاستقلال	العفوية، التلوث، العجز	الموت/التعرض، التشويش، انحلال الشيء
يكره تصارع	الأهداف، الاختيارات	الحاجات، الرغبات	الأدوار، الولاء	الأعراف والتقاليد، المعايير	الرؤى، التوقعات
التساؤل الحياتي	ما هو هدفي؟	كيف أعبر عن نفسي؟	ما هو دوري؟	ما هو الصحيح؟	ما هو أصلي؟
الإدمان العاطفي	أن يكون نشيطًا	أن يقع في شباك الحب	أن يحتاجه الناس	أن يكون على صواب	أن يكون في أمان
الهلع من	التقييد	التثبيت	البلادة	الزحام	التدخل
الهلع النفسي	أن يكون عاجزًا	أن يكون معزولاً	أن يكون ضائعًا	أن يكون فاسدًا	أن يكون فانيًا

على سبيل المثال، تكمن قوة أشخاص من عنصر الأرض في قدرتهم على الربط بين الجهات المختلفة وإقامة الانسجام، فيشعرون دائمًا بالرغبة في أن يكون لهم دور في كلِّ شيء، وأن يساهموا في جميع الأمور، وأن يكونوا محبوبين ومرغوبًا فيهم؛ ولكن عليهم إعطاء بعض الوقت الحر لأنفسهم، بعيدًا عن الآخرين، والسماح بالتعبير عن أنفسهم بعيدًا عما يريده الآخرون منهم. كذلك تكمن قوة أشخاص عنصر المعدن في قدرتهم على التحسين والتفنن والتعريف؛ ولكن عليهم أن يعدِّلوا من دقتهم اللامتناهية والمنطق المحدَّد وضبطهم لأنفسهم بأن يسمحوا ببعض العفوية والمشاركة الاجتماعية والمشاعر العاطفية.
تساعد التمارين الرياضية والروحية التي أبدعها الصينيون مساعدة جمَّة في إحداث التعديل والتوازن المطلوبين. يقوم المنهج الفيزيائي لتمارين Tai-ji-quan، مثلاً، على نفس الفلسفة التي قام عليها كلٌّ من الطب الصيني والحكمة الطاوية والكونفوشية والمطبخ الصيني إلخ. وتحتاج هذه التمارين إلى اتزان جسدي وتحكُّم عظيم بالجسم. وتكون الحركات دائرية وبطيئة ومتناظرة ومتناغمة؛ وقد شُبِّهَتْ بالغيوم: فهي تتغير باستمرار دون أن تبدي أنها تتغير.
كذلك يقوم المطبخ الصيني (الرسم 9) على اختيار ألوان مختلفة من الطعام مناسِبة لكلِّ طبيعة، وعلى طرق مختلفة للطهي. تقوم الحمية الغذائية اليابانية المدعوَّة في الغرب بـMacrobiotic بالاعتماد على المواد الغذائية المتوازنة بين الينغ والين، وتقول بأن 60-70% من الطعام الذي يتناوله الإنسان يجب أن يكون من الحبوب والبقول

و15% من جذور النباتات والخضراوات. وتشكل الفواكه نسبة أقل واللحوم نسبة أقل أيضًا؛ إذ إن الحبوب والبقول أقلُّها انحراقًا نحو الينغ أو الين.



فالتوازن النفسي يعتمد على اختيار الأطعمة المناسبة والاهتمام بالتنفس الجيد والتمارين الرياضية المناسبة والنوم الجيد وعدم الإسراف في تناول ما هو ضار. كذلك يعتقد الصينيون أن فرط ممارسة الجنس عن الحدِّ المقبول يؤدي إلى سرعة ضياع في الجوهر والتشي؛ وكذلك يفعل تعدُّد الحمول عند المرأة.
كذلك تلعب الإبر الصينية والعلاج بالأعشاب الصينية والمَسَّاج الصيني والمَسَّاج الذاتي لنقاط الأقنية (الـDo-in) دورًا في إعادة التوازن أيضًا والوصول إلى مستويات أعلى من التوازن. يأتي هنا دور التمارين الروحية المدعوة بالـQi-gong في الوصول إلى هذا الهدف.*

طب تقويم العظام (الأوستيوباثي).

وهو نظام علاجي يتعامل مع بنية الجسم ، أي العظام والمفاصل والأربطة والأوتار والعضلات وكل الأنسجة الرابطة ، وعلاقتها مع بعضها ، وتأثيرات وضعها الصحي على أجهزة الجسم المختلفة .

الأصـل

بعد أن خدم في الخطوط الأمامية للقتال في الحرب الأهلية الأمريكية كجرّاح ، وبعد أن فقد أولاده الثلاثة في ذات السحايا الفقرية أصبح "أندرو تيلر ستل " غير مقتنع ومتشائماً من الطب المتداول . كان ذلك في أواسط القرن الماضي عندما كان العلاج المتوفر غير نافع في أكثر الحالات (حتى على مستوى الطب المتداول) وكانت الجراحة أمراً قاسيا جداً لحداثة استعمال المخدر وأسباب أخرى . لذا أراد "ستل " أن يجد طريقة علاجية أكثر تعاطفاً مع المريض وأكثر نفعاً .

وبعد التجارب تأكد من أن الوسائل اليدوية لوحدها أكثر فعالية بشكل ملفت للنظر من الطرق الأخرى في أكثر الحالات التي تعامل معها .

وفي عام 1874 م بدأ باستعمال الطرق اليدوية في العلاج ، والتي سماها الأستيوباثي ، وذلك مع الجراحة أيضاً في عيادة كبيرة جداً ، وأصبح معروفاً للنجاحات التي حققها . وبعد ثماني عشرة سنة ، وبعد أن أثبت بأن هذه الطرق هي أكثر فعالية من الطرق المتوفرة في حينه ، أسس أول مدرسة لتعليمها سماها مدرسة الطب الأوستيوباثي في كركسفل بولاية مزوري .إنّ المعالجة والدعك اليدوي ليس جديداً كفكرة ، فقد وصف أبو قراط عدة حركات لمعالجة العمود الفقري منذ 2000 عام . كما أن الطب الشعبي في كل أنحاء العالم يحتوي على أشكالاً من هذه المعالجة إلا أنها ظلت لمعالجة مشاكل الظهر ، وليس لمختلف الحالات المرضية كما وضعها أندرو ستل .

الطريقة العلاجية

أساســيات

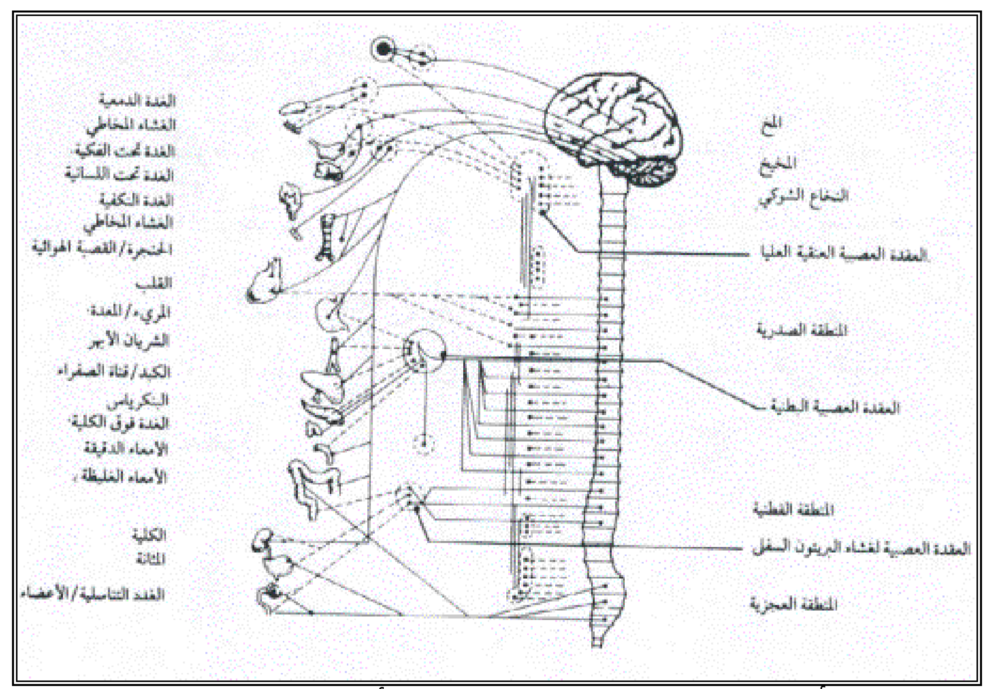
اعتقد أندرو ستل بإمكانية الجسم الذاتية للشفاء ، وبضرورة أن تكون مصادر الدم والأعصاب لكل أنسجة الجسم غير معاقة لكي تعمل هذه الأنسجة بالشكل الصحيح . وإذا ما تداخلت مشكلة بنيوية ، مثل شد عضلي أو انحناء في العمود الفقري الخ ، بشكل سلبي على السريان الدموي والعصبي ، فقد تم التأثير السلبي على قدرة الجسم على الشفاء ويحصل المرض . لذلك أسس طريقة للمعالجة أو الدعك باليد . (MANIPULATION) لإعادة أي انحرافات بنيوية إلى وضعها الطبيعي .

وكان ستل أول من قدم تفسيراً مقبولاً عقلياً حول أهمية العمود الفقري للمحافظة على الصحة حيث أنه محيط بالحبل الشوكي. فممكن اعتبار الحبل الشوكي ملحقاً للدماغ مسيطراً على كل فعاليات الجسم ، ليس فقط العضلات ، وإنما أعضاء حيوية هامة كالكلى والقلب والكبد والرئتين ، وكذلك الأوعية الدموية والغدد . إن أي تداخل مع الأعصاب المارة من وإلى الدماغ من خلال الحبل الشوكي لا بد وأن يؤثر على العمل الطبيعي للأنسجة التي تمر منها أو إليها هذه الأعصاب .

وقد أكد على ثلاثة مبادئ أساسية للشفاء هي :

1- يضم الجسم الطبيعي الصحي بداخله قابلية الدفاع والتصليح عند الإصابات في حالات العدوى والتأثيرات لسمية والحوادث.

2- ا لجسم وحدة واحدة ، وعند وجود وضع بنيوي أو وظائفي غير طبيعي فإنه يؤثر بشكل سلبي على الأجزاء الأخرى .
3- يستطيع الجسم أن يدافع أو يصلح بأفضل شكل ممكن إذا ما كانت بنيته في وضعها الحركي والمرن الأقصى .
وكنتيجة لفكرة احتواء الجسم على دفاعاته الذاتية هي أن المرض يحصل عندما تضعف هذه الدفاعات، وإن هذا الضعف قد حصل بسبب أن الجسم قد أصبح غير صحيح ميكانيكيا .
وكان الدكتور ستل ينظر إلى مرضاه بنفس النظرة الكلية، وترك الطريقة المعتادة أي معالجة الأعراض بدون البحث عن الأسباب . وكان بعد أن يسأل المريض عن كل ما يتعلق به مما يعتبره الطبيب بالبديل ذا علاقة بحالته المرضية كما رأينا في الفصول السابقة، كان يقوم بفحص الأنسجة الرابطة بواسطة أصابعه، وكان يفحص الأعضاء الداخلية يدويا كالكبد والمعدة . وهذا ما كان يدرسه ستل من أن البنية والوظيفة (للأعضاء) مترابطة بشكل لا فكاك عنه، وهاك ما قاله :
إن الجهاز العظمي العضلي من العظام والأربطة والعضلات والصّفاق (وهو الطبقة التي توجد تحت الجلد مباشرة والتي تتألف من حزم من أنسجة ليفية مرنة والتي تغلف العضلات والأعصاب والأعضاء المختلفة) تكون بنية واحدة والتي عندما تتعرض للاختلاف (عن وضعها الطبيعي) من الممكن أن تحدث تغييرات في وظائف أجزاء أخرى من الجسم.
وبخلاف الأفكار المقبولة عموماً اليوم، فإن الدكتور ستل أعطى أهمية كبيرة في التشخيص والعلاج للصفاق كما للعمود الفقري . وكانت هذه نصيحته :
إن الصفاق هو المكان الذي تبحث فيه عن أسباب المرض، وهو المكان الذي يبدأ فيه عمل . العلاج في جميع الأمراض .
علاقة العمود الفقري بالأجهزة :
كما ذكرنا أعلاه، فإن الأوستيوباثي يعتقد بوجود علاقة أكيدة بين العمود الفقري وأجهزة الجسم المختلفة، وإن هذه العلاقة جاءت من الأعصاب الخارجة والداخلة من الحبل الشوكي الواقع في داخل ا لعمود الفقري والأجهزة التي تصل إليها .
ويعتقد الأوستيوباثي إن هذه العلاقة تحتم حدوث الخلل بعمل الأجهزة التي تصل إليها الأعصاب الخارجة من منطقة الفقرات المصابة . هذا بالإضافة إلى عوامل ميكانيكية أخرى كالمفاصل (غير الفقرات) والصفاق والعضلات . وعلى الرغم من ذلك فإن الأوستيوباثي يعتقد بوجود عوامل أخرى مسببة للمرض كالغذاء والوراثة والبيئة والنفس والبكتريا، لأنّه لا يدعي إمكانية علاج الحالات المرضية الناتجة من هذه العوامل .
ويوضح الرسم هذه العلاقة بين العمود الفقري وأجهزة الجسم المختلفة، كما ويوضح كيف أن أعضاء الجسم مغذاة بنوعين من الأعصاب . الأول من الدماغ الأوسط والنخاع الشوكي والمنطقة لعجزية، أما الثاني فمن المنطقتين الصدرية والقطنية من عقد عصبية كبيرة تقع قرب العمود .



رسم تزويد أعضاء الجسم بمجموعتين من الألياف العصبية

يوضح الرسم كيف أن أعضاء الجسم مزودة بمجموعتين من الألياف العصبية. الأولى من المخ والنخاع الشوكي والمنطقة العجزية، والثانية من المنطقتين الصدرية والقطنية من العقد العصبية الكبيرة الواقعة قرب العمود الفقري.
عندما يكون هناك خلل في الوضع الطبيعي لفقرة ما والتي تحيط بالألياف العصبية يحصل تداخل في الوارد والصادر، مما يعني احتمال إرسال أو استلام معلومات غير صحيحة من المخيخ والحبل الشوكي . ومن الممكن أن يكون التداخل المستمر معيقاً لهذه المنطقة من الحبل الشوكي . وبما أن هذه المعلومات المرسلة والمستقبلة مسؤولة أيضاً عن عمل الأعضاء العميقة في الجسم، فإنه من المنطقي الاستنتاج بأن أي خلل في الوضع الطبيعي للفقرات يمكن أن يكون مضرا لصحة هذه الأعضاء .
هذا من جهة، ومن جهة أخرى فإن الاختلال في أي قسم من الليف العصبي يمكن أن ينشأ بسبب حصول ما يسمى بالخلل المرضي الأستيوباثي (OSTEOPATHIC LESION) في المنطقة المجاورة له كالمعصم أو المرفق أو الكتف الخ، حيث يكون الصفاق قد التهب أو كون كياناً لاصقاً . وتكون هذه الاختلالات أعظم عندما يمر الليف ا لعصبي بالعظام، وخصوصاً في الجذور في منطقة العمود الفقري . وعندما يتعرض الليف العصبي للضغط يحصل اختلاف في النبضات المتناسقة التي ترسل خلاله . ومن الممكن ألا ينقطع الاتصال العصبي كليا، إلا أنه في جميع الحالات لا بد وأن تبدأ بعض الأعراض الخفية بالتكون .
ويجب الإشارة إلى أن المعالجين الأوستيوباثيين لا يقومون بتتبع الأعصاب والإحساس بها لمعرفة العطب، إلا أن تجربتهم لأكثر من 100 عام تثبت بما لا مجال للشك بأن المريض الذي يتم تخليصه من الخلل الميكانيكي الحاصل في جهازه العظمي العضلي وذلك بإزالة الخلل المرضي الأوستيوباثي، يتخلص من حالات مرضية كانت قد سببت من هذا الخلل، بل ويعود إلى صحته الكاملة إذا ما كان سبب المرض هذه الاختلالات الأوستيوباثية فحسب . إلا أنه إذا ما ترسخ المرض العضوي بحيث سبب عطباً دائماً في الأعضاء المحنية فإن الأوستيوباثي لا تعود نافعة لإزالة الحالة .

الخلل المرضي الأوستيوباثي :

يحتوي التشخيص الأوستيوباثي على حالة معينة من الممكن أن تحدث في أي مفصل وهي التي تسمى عادة الخلل المرضي الأوستيوباثي . وتقديم هذه التسمية القاعدة العلمية لفعل العلاج الأوستيوباثي .

إن لكل مفصل مجال معين من الحركة، ولنسميه الطبيعي . وتساعد المفاصل في حركتها الأربطة والأوتار والعضلات وكذلك الصفاق . وهذه الأنسجة تمكن المفصل من الحركة حسب المجال الطبيعي لكل إنسان، ذلك لأنّ لكل إنسان مجالا لحركة المفاصل يختلف عن غيره . وعندما يحصل تحرك لأي مفصل بشكل غير اعتيادي يحصل تثبيت للمفصل مما يبقيه، بمساعدة الأوتار والأربطة والعضلات في نقطة هي أقصى ما يمكن في مجال حركته . وعندما يكون المفصل بهذا الوضع يسمي الأوستيوباثيون هذه الحالة بالخلل المرضي الأوستيوباثي .

إن هذا الخلل ليس كما قد يتصور من أنه واضح عياناً ، وإلا لبان ذلك في صور الأشعة . فهولا يتضمن تباعداً كبيراً للعظم عن مكانه الطبيعي، وإنما تحرك بسيط للمفصل بحيث يثبت في أقصى ما يمكن من مجال حركته . مع ذلك فإنه من الأهمية بمكان بحيث أن تشخيصه ضروري جداً كمقدمة للعلاج . وهنا تبرز ضرورة مراجعة معالج أوستيوباثي متدرب بشكل صحيح على ذلك .

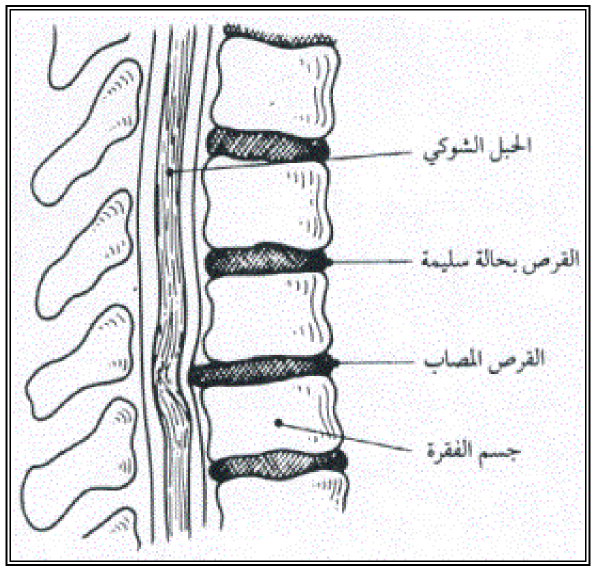
وهكذا يتبين أن مقدار التغير الذي يجب أن يحصل لبداية الهبوط بالصحة قليل جداً . كذلك فإن أي جزء في الجسم يمنع من المصادر الدموية والعصبية اللازمة وبالتالي من التغذية لا بد وأن يصبح مريضاً .

إن حدوث الخلل المرضي الأوستيوباثي يؤدي إلى ما يلي :

1- حصر الأعصاب . فهذه تسير من خلال الفقرات من الحبل الشوكي إلى أجزاء الجسم المختلفة، ومن أجزاء الجسم عائدة إلى الدماغ . وعند حصول الخلل الأوستيوباثي في مفصل ما فإن الأجزاء القريبة منه لا بد وأن تصاب بالمشكلة ذاتها . وهذا يؤدي إلى أن تحصر الألياف العصبية المارة إلى المفصل من خلالها . كما يمكن أن يلتهب العصب الذي لا يمر من المنطقة مباشرة و إنما قريباً من المنطقة المحصورة .

2- نقص مصدر الدم . وهذا يحصل إذا ما حصل أي شد عضلي في العضلات المتصلة مباشرة أو بشكل غير مباشر للجزء من العمود الفقري المتأثر بالخلل الأوستيوباثي حتى وإن لم يكن قريباً منه . وسيؤدي ذلك إلى عدم عمل الصفاق بالشكل الطبيعي مما يقلل من سريان الدم أو قد يوقفه كلياً ، مما قد يؤدي إلى حالات مرضية خطيرة .

3- عطب القرص الفقري . عندما يستمر الخلل الأوستيوباثي بدون علاج لفترة طويلة تصبح إمكانية إزالته أقل . وحتى لو لم يكن القرص الفقري متحركاً من مكانه فقد لوحظ في البحث المختبري بأن قابليته على امتصاص الماء من الدم و اللمف تقل إذا ما استمرت ح الة الخلل الأوستيوباثي . وهذا يسبب تقلصاً في حجم القرص مما يقلل من كفاءته كمانع لل صدمات .



رسم تسبب الإصابة القوية لقرص الفقرة خروجة إلى الخارج مما يخلق ضغطاً على الحبل الشوكي

4- تلف المفصل . وهذا مشابه للتلف الذي يحصل في أي جزء من الماكينة الموضوع باستمرار تحت الشد المستمر عندما يكون في غير الوضع الاعتيادي له حسب التصميم .

5- اختلاف الإشارات العصبية . وهذا ذكرناه في الكلام عن علاقة الفقرات بأجهزة الجسم المختلفة حيث يحصل اختلاف في الشكل العام للمعلومات المنقولة من وإلى الدماغ مما يؤثر على عمل الأجهزة .

وضع القامة والحركة :

إن اهتمام الأوستيوباثي بوضع قامة المريض ثنائي الاتجاه . فهو من جهة يهتم بالقامة عموماً، وهذا يتضمن حالة العضلات وواجبها في إسناد البنية . ومن جهة أخرى يهتم بالآثار التي للقامة، حاليا أو مستقبلا ً ، على صحة المريض .

أما العوامل التي تؤثر على القامة فهي :

1- المهنة، ونعني الاستعمال المستمر للعضلات في حالة معينة . وهذا يؤثر بأشكال مختلفة على الألياف العصبية المغذية لها، وكذلك بدرجة السموم التي تفرزها العضلة عندما تعمل بشكل مستمر . وعندما يحصل ذلك فإن التقلص العضلي لا بد وأن يتبع مما يؤدي إلى التأثير على حركة المفصل . وعندما تستمر هذه الحالة لسنين يحاول الجسم أن يتكيف معها فيتغير وضع القامة .

2- العوامل الوراثية، كوجود الشخص ذي البنية النحيفة والآخر ذي البنية السميكة . ويكون الأشخاص النحيفي البنية أكثر عرضة للمرض بسبب كون بناهم أقل تجمعا و بذا تصعب مقاومة القوى الخارجية التي تسبب مشاكل القرص الفقري مثلاً . كما إن أجسامهم موزعة على مسافة بعيدة من مركز الثقل ونقاط الإسناد الأساسية . أما النوع السميك فبعكسهم، إلا أنهم عندما يصابون بهذه المشاكل فإن علاجهم يكون أصعب .

3- الشذوذات البنيوية . و كثيراً ما تحصل تغيرات في الصغر بغير ظهور لأعراض مرضية وهذا يؤدي إلى اختلاف في وضع العضلات والمفاصل والأنسجة الرابطة مما يغير من الوضع المفترض للقامة . وكثير من الناس عندهم إحدى الساقين أطول من الأخرى وهذا يجعل الحوض هابطا من جهة الساق الأقصر وهو ما يؤدي إلى انحراف العمود الفقري أي انحراف في القامة إلى إحدى الجهتين اليمنى أو اليسرى

الفحص :

كما هو الحال في باقي طرق العلاج البديلة، فإن المعالج الأوستيوباثي مدرب لكي يحصل من المريض على معلومات كثيرة تخص صحته العامة ومهنته وحتى حياته السابقة . وهو يلاحظ حتى قبل أن يبدأ بسؤال المريض كيف يمشي وكيف هو وضع قامته ودرجة الحركة عندما يجلس . والمعالج الأوستيوباثي يهتم بدرجة الحركة في كل المفاصل في ذلك القفص الصدري وهو شيء يستطيع ملاحظته من تنفس المريض مثلاً .
ثم ينظر المعالج إلى الهيكل العظمي بصورة عامة . وهنا لا يدرس إمكانية تغيير أي انحراف فيه لأنّ ذلك غير ممكن . أما أولا فلأنّ الهيكل العظمي، أخذ شكلاً معيناً بعد سنين من المداومة على وضع معين في أغلب الأوقات بسبب المهنة أو غير ذلك مما ذكرنا في أعلاه، وأما ثانياً فلأنّه لا يوجد شكل محدد للهيكل العظمي لا يمكن الخروج عنه، فهناك، أشكال "مت عددة حسب الخلقة الأصلية .
ثم يفحص العضلات ليرى تأثير شكل الجسم ووضع القامة لسنين عليها . فمثلاً إذا كان هناك تحدب إلى الأمام في العمود الفقري فإن العضلات الكبيرة الساندة للعمود يجب أن تفحص ليرى علاقة شكلها الخاص بهذا المريض مع الحالة عموماً . فإذا لم يكن لذلك علاقة مع المشكلة التي يشكو منها المريض فإن المعالج قد لا يرى ضرورة لتغيير وضع أصبح طبيعيا له بعد التكيف .
ثم يأتي إلى سطح الجسم باستعمال طريقة تسمى الجس، وهي من أكثر الأساليب مهارة عند الأوستيوباثيين، حيث يستطيع فيها أن يحس بأي تغيرات بنيوية مهما كانت بسيطة ولكن قد تؤثر على مساحات واسعة وعلى عمل أجزاء أخرى في الجسم . وباستعمال الجس العميق يستطيع أن يعرف الكثير عن مشاكل مختلفة . وأخيراً فهو يرى وضعية الأوتار والأربطة الساندة وعلاقتها بالمفاصل . وبالطبع فإن الجس العميق ضروري لفحص الصفاق .
وفي الغالب لا يحتاج المعالج الأوستيوباثي إلى صور الأشعة لتشخيص الحالة . مع ذلك، فهو يطلبها إذا ما شك في أن العلاج الأوستيوباثي لا يتلاءم مع المرض الحاصل في العمود الفقري أو المفاصل الأخرى.

العلاج ومدته :
بعد أن تم التشخيص وتوصل المعالج إلى سبب المشكلة يبدأ بالمعالجة التي غرضها إعادة توازن العمود الفقري والشد فيما حوله، وكذلك موازنة الشد في الأجزاء البنيوية الأخرى. وبهذا يمكن إعادة حركات كل أجزاء البنية إلى طبيعتها وتقليل الحصر والاختلافات غير الطبيعية عن الأعصاب وفي الدورة الدموية.
وهناك طرق عديدة مثل المد والتدليك وغيرها، ويعتمد إجراؤها على عدة عوامل منها حجم المريض ووضع قامته ونوع المشكلة ووضع المفصل المعين، فإذا ما كان المفصل معاقاً مثلاً لا يجب أن يحاول المعالج إعادته إلى وضعه الطبيعي، بل ينصح المريض بما يجب عمله. ومن أكثر الطرق استعمالا في إزالة تثبيت المفصل في أقصى نقطة من مجال حركته هي الحركة السريعة جداً.
أما التدليك فهو خاص بهذه الطريقة العلاجية، وإن كان يشابه التدليك المعروف الذي يقوم بعمله المعالج الطبيعي في الطب المتداول والذي يقوم به أي شخص في الحقيقة. وما يقوم به المعالج الأوستيوباثي هنا هو معالجة للأنسجة الرقيقة الموجودة تحت الجلد مباشرة، وهذا يتأتى من اهتمام الأوستيوباثي بالصفاق بدءاً من الدكتور ستل حيث ذكرنا كلمته التي يؤكد فيها إن أسباب المرض يجب أن يبحث عنها في الصفاق، وإن العلاج يجب أن يبدأ من هناك أيضاً.
ويخشى بعض المرضى من احتمال أن تكون بعض المعالجات الأوستيوباثية مؤلمة خصوصاً تلك الحركة السريعة جداً، إلا أن الواقع ينفي حصول أي ألم في العلاج. ولكن قد يحس المريض بعدم الراحة للحظة واحدة بسبب وضعه غير المريح على سرير العلاج مثلاً.

وأهم عمل من جانب المريض هو الاسترخاء الكامل، وخصوصاً في الحركة السريعة جداً. ذلك لأن الاسترخاء يجعل العضلات مرتخية مما لا يشد المفاصل إلى درجة تمنع حصول تحركها إلى الوضع الطبيعي وهو ما يبتغيه المعالج. كما إن الاسترخاء ضروري جداً لمن كان يشكو من الآلام، في أثناء المعالجة وخارجها. هذا وللمعالجين الأوستيوباثيين طرق.عديدة لتحقيق ذلك، إلا أن دور المريض لتحقيق الاسترخاء مهم جداً.

وإنه لجزء من العلاج، أو على الأقل لضمان عدم عودة الحالة أو عدم حصول ما يطورها نحو الأسوأ، النصائح التي يعطيها المعالج للمريض. فهو يعلمه الطريقة الصحيحة لاستعمال جسمه، ووضع قامته الأفضل في العمل والفراغ، وكذلك أهمية أداء التمارين الرياضية المناسبة له لأجل المحافظة على مرونة الجسم والعمود الفقري.

هذا وإن بعض المعالجين الأوستيوباثيين هم معالجون طبيعيون أيضاً، أعني قد درسوا المعالجة الطبيعية بأقسامها المختلفة التي ذكرناها في الفصل الثاني جنباً إلى جنب مع الأوستيوباثي، وبالتالي فهم يعلمون المريض الغذاء الصحيح، والوسائل العلاجية الطبيعية التي قد تساعده في مشكلته كالعلاجات المائية من حمامات وكمادات وغيرها.

أما مدة العلاج فتعتمد، كما هو واضح، على الحالة نفسها. فإذا كانت الحالة مزمنة فإن المراجعة الأولى قد تستغرق ساعة من الزمن وقد يعطى فيها بعض العلاج. كما يضع المعالج في هذه الحالة برنامجاً من جلسات علاجية قصيرة على مدة زمنية طويلة وبحيث تطول الفترات الزمنية فيما بين الجلسات شيئا فشيئاً، وبالطبع إذا كانت الحالة جديدة أو أنها تحتاج إلى تغيير في أوضاع المريض، أي أن تكون مسؤولية المريض هي المطلوب تعريفها له، فإن جلسات العلاج لا بد وأن تكون معدودة.

الأوستيوباثي الجمجمي (CRANIAL OSTEOPATHY) :

هناك نوع من الأوستيوباثي بدأ بالانتشار من الولايات المتحدة الأمريكية مقره الأصلي. وهذا هو العلاج الأوستيوباثي للجمجمة الذي بدأه الدكتور "سذر لاند" أحد تلامذة الدكتور ستل.

وفي هذا العلاج يتم التعامل مع الجمجمة بالإضافة إلى باقي أجزاء الجسم.

وينصح بهذا العلاج لمن يشكو من مشاكل أساسها التعرض لحادث أو بسبب حصول أعطاب عند الولادة. فكثيراً ما تنتهي المعالجة في المستشفى بعد حادث سيارة مثلاً ويظن المريض أنه استرد عافيته ثم بعد مدة من الزمن قد تطول أو تقصر يحس ببعض المتاعب ويتبين أنها بسبب ذلك الحادث.

وبالطبع فإن التعامل مع مفاصل الجمجمة يكون بلطف وعناية فائقتين لحساسية المنطقة ولصغر المفاصل فيها.

وقد حصل المعالجون على نتائج جيدة في حالات عديدة مثل المشاكل القصبات الهوائية، والتنفس غير الطبيعي، والحساسية من الصوت، والنشاط الزائد عن المعتاد، ونوبات الكآبة، كما أن أفضل النتائج قد تم التوصل إليها في علاج الأطفال الصغار.

مع الطرق العلاجية الأخرى :

ذكرنا أعلاه أن بعض المعالجين الأوستيوباثيين متدربون على العلاجات الطبيعية كالأنظمة الغذائية والعلاجات المائية، وهذا يعني أنك تستطيع أن تحصل على العلاجين الأوستيوباثي والطبيعي من نفس المعالج وفي آن واحد.

كما أن بعضهم متدرب على طرق علاجية أخرى الهوميوباثي أو الإبر الصينية مما يجعل المعالج متمكنا أكثر في العلاج لأن بحوزته عدة طرق علاجية يستطيع أن يوظفها ويجمع بينها حسب الحالة المرضية المعينة.

ومن الأمور التي يهتم بها المعالج هنا هو التمارين التنفسية لأهميتها في تحقيق استرخاء المريض، وهذا ما ستجد بعضه في الفصل الخاص باليوغا حيث تعد التمارين التنفسية من أدواتها العلاجية.
وبما أن الأوستيوباثي طريقة علاجية كلية هدفها تشخيص الأسباب الكامنة وراء المرض ومن ثم التعامل مع الجسم للقضاء على هذه الأسباب، فهي لا توافق على استعمال الأدوية التي تسكت الأعراض أي الأدوية المتداولة. إلا أنها، ولعدم اعتمادها على أدوية تؤخذ داخلياً، لن تجد الدواء المتداول متعارضاً مع علاجها بشكل مباشر كما هو الحال مع الدواء الهوميوباثي، وإنما سيكون دور الدواء معيقاً لكونه يخفف الأعراض مما يجعل ظهور أعراض المرض أقل. على أنه من الممكن، إذا وافق المعالج، أن تستمر بتناول الأدوية المتداولة التي قد تكون لتخفيف الآلام لفترة زمنية محدودة وعلى أساس تقليل الاعتماد عليها تدريجياً إلى أن تستطيع تركها نهائياً.

حالات واقعية :

1- كاثي ممرضة عمرها 27 سنة، أحست قبل سنة بألم شديد جداً في كاحلها الأيسر. وبعد ستة أسابيع من العلاج المعتاد وصور الأشعة وتحاليل الدم التي لم تظهر شيئاً بدأت تحس بالآلام حادة في صدرها وعند تحريك كتفها الأيسر. ثم طبيب أخصائي وتشخيص جديد وهو الروماتزم والتهاب في الألياف، فكانت الحبوب المعتادة ولكن بلا فائدة مما تركها مكتئبة، وهنا كانت الحبوب المهدئة في الانتظار ! .
وواقع الحال هو وجود تحديد في الحوض سبب ألما تسميعياً (أي الذي أساسه مكان آخر غير المكان الذي يوجد فيه) في ساقها. وأدى استمرار وجود هذه الحالة إلى تخلخل التوازن في قامتها مما سبب الخلل الأوستيوباثي المرضي في أعلى ظهرها واستتبع ذلك حالة كتفها وصدرها. وبعد 14 يوما من العلاج الأوستيوباثي الأول كان التحسن كبيرا، وبعد 21 يوماً من العلاج الثاني زالت جميع الأعراض ولم تعد إليها بعدها.

2- امرأة عمرها 32 سنة ذات بنية صغيرة وقامة جيدة، أصيبت بالآلام في صدرها قبل 4 أشهر. وانتشرت الآلام واستمرت في الجانب الأيسر وخصوصاً عند الانحناء إلى الأمام. ولم تظهر صور الأشعة وتخطيط القلب شيئاً، ولا شربة الباريوم لمعرفة ما إذا كان سبب الألم قرحة في المعدة. وبعد الفحص الأوستيوباثي تبين أن هناك تحديد في أحد أضلاع صدرها، والذي لم يتطلب أكثر من جلستين لكي يزول كليا ونهائياً. فتصور الكم الهائل من الأدوية والمراهم وجلسات العلاج الطبيعة لو استمرت على مراجعة الطب المتداول، وبدون زوال الحالة مع ذلك.

3- جفري شاب عمره 26 عاما يعمل سائقاً لشاحنة، متوسط الطول وذو بنية نحيفة. ولمدة 6 أشهر كان يشكو من آلام حادة تشبه ضربات السكين في الجزء الأسفل من صدره والتي أخذت بالانتشار إلى الأعلى بعد ذلك. لم تبين صور الأشعة ولا تخطيط القلب شيئاً، واستمر على تناول الحبوب المسكنة. بين الفحص الأوستيوباثي أن عنده تحديد في الفقرات الصدرية مما كان يحدد من حركة التجويف الصدري كله، وكانت مناطق المرارة والمعدة مؤلمة عند الفحص. وبعد أسبوع واحد فقط من إزالة التحديد الفقري وتصريف المرارة يدوياً زالت الأعراض ولم تعد ! .

4- نيل رجل عمره 60 سنة من النوع السميك، ذو وزن زائد قليلاً ويعمل عملاً بدنياً يشكو من آلام شديدة في الجانب الأيسر من صدره والتي كانت أكثر شدة في الليل مما كان يعيق نومه. وأثبتت الفحوص أن قلبه ومعدته سليمان. أعطاه الطبيب حبوباً مسكنة للألم تؤخذ عند الحاجة. إلا أن المريض بدأ يحس بالتوعك وبالدوار وبأنه بات يحتاج أن يتبول مراراً بدرجة أكثر مما اعتاد عليه. أوضح الفحص الأوستيوباثي أن هناك تحديد في الفقرة الصدرية السادسة وبعض التحديد

في حركة الكتف الأيسر مع تضيق في أسفل الرقبة، وبعد أسبوعين زالت الآلام مما استطاع معه المريض أن يترك استعمال الحبوب المسكنة. وبعد جلسات علاجية أخرى زالت الحالة المرضية ولما يمض على العلاج إلا شهر واحد.

5- فيرا امرأة عمرها 42 عاما تعاني من الأرق. وكانت لا تشكو من ذلك إلى ما قبل سنة من مراجعتها للمعالج الأوستيوباثي. وكانت تستيقظ في الثالثة صباحاً ولا تستطيع أن تنام ثانية إلا في السابعة. ولم يكن لديها أي مشاكل مالية أو عائلية أو تاريخ مرضي عصبي. أبلغت المعالج بأنها كانت تشكوا ولمدة 18 شهراً من سؤ الهضم والإحساس بالامتلاء قرب القلب. وكذلك كانت تشكو من عسر الطمث لمدة 10 أشهر وتمت معالجة ذلك بالطب المتداول إلا أنه عاد بعد ذلك ولكن بشكل أخف. وقد تبين وجود شد عضلي مع تحديد في كتفها وخلل أوستيوباثي بسيط. وبعد ترخية هذه المناطق وكل المنطقة الصدرية في عدة جلسات علاجية في مدة شهرين بدأت المريضة بالعودة للنوم الاعتيادي. وبعد العلاج الأوستيوباثي لظهرها وحوضها وبطنها زالت عنها كل الأعراض المتبقية. وأوصاها المعالج بتقليل وزنها وعمل التمارين اليومية.

مالكولم طفل عمره 4 سنوات، يشكو من آلام في الكعبين لمدة سنتين. وكانت الآلام أحياناً شديدة إلى الدرجة التي تجعله يبكي وخصوصاً في الليل. وقد أفادت المسؤولة عنه في الروضة بأنه غير سعيد وغير متحمس. وقد أوضح الفحص وجود تحديد خفيف جداً في الفقرة القطنية الخامسة مع شد عمودي في أعلى العمود الفقري. بدأ العلاج مرة في الأسبوع لمدة شهرين، ثم تبعه حركة خفيفة ومعدلة جداً لكي تلائمه في أسفل الظهر مع معالجة جمجمية للرأس لمدة شهر واحد لتزول بعدها الآلام التي آذته لمدة سنتين، بعدها أصبح مالكولم طفلاً نابهاً وقيادياً وسط أقرانه.

العلاج بالزيوت والصبغات الطبيعية

تستخلص الزيوت العطرية من الأشجار والنباتات والأعشاب والزهور الطبيعية وتصنع بتركيز معين لتمنح الجسم الصحة والنضارة، وتعرف هذه الخلاصة بالزيت العطري النقي وتتميز بخواص علاجية متعددة حيث تستخدم في بعض المركبات الدوائية، والعلاجية الطبيعية وكذلك تستخدم لعلاج الحالات النفسية.

عرف الزيوت العطرية قدماء المصريين واليونان والرومان، ولعل حمام الزيت العطري الخاص بالملكة المصرية كليوبترا لهو أكبر دليل على فوائد هذه الخلاصة الطبيعية والتي عرفت منذ قديم الزمان، كما استخدم الزيوت العطرية المعالجون بالأعشاب والعطارون وكذلك استخدمها الغجر لأغراض الزينة.
وقد تطورت لتصبح من أكثر المواد المستخدمة للعلاج والمستخلصة من الطبيعة، واليوم نجد الزيت العطري موجود في آلاف المواد والمستحضرات التي نستخدمها في حياتنا اليومية على سبيل المثال أدوات التجميل، وزيوت التدليك والمساج، ومستحضرات العناية بالبشرة، والعطور وكذلك الشامبو والصابون وحتى معاجين الأسنان.

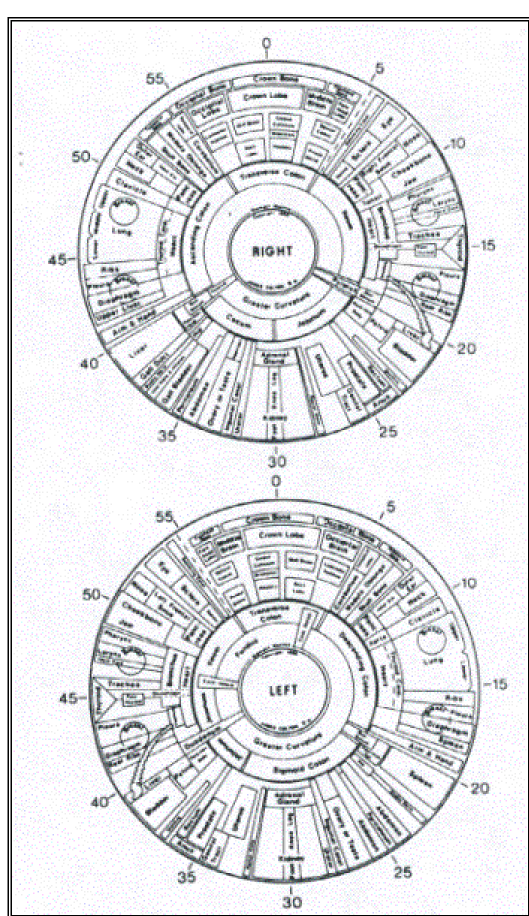
ويرجع اتساع دائرة استخدام الزيوت العطرية الى أنه كل يوم هناك مستحضر جديد يطرح في السوق وذلك كونها مستخلصة من النباتات الطبيعية والتي لا يوجد هناك أي موانع في ادخالها في أي مركب بل بالعكس وجد أنها تزيد فعالية هذا المركب وتجعل نتائجه مذهلة. بالرغم من استخدام الزيوت العطرية منذ آلاف السنين إلا أنه في بداية القرن التاسع عشر بدأت تنتشر على مستوى العالم وتنوعت استخداماتها، فقد استطاع العلماء استحداث مركبات من هذه الزيوت بتكلفة أقل لكي يستفيد منها جميع شرائح المجتمع وكذلك تم تصنيع بعض الزيوت التي تستخدم في العطور وبعضها دخل في تصنيع الأدوية الطبية، إلا أن جاء الاكتشاف المذهل لتأثير هذه الزيوت على الحروق وذلك في بدايات عام 1920م، عندما تعرض العالم الكيميائي الفرنسي المعروف ريني موريس لحروق في يده نتج عن انفجار في معمله حيث كان يجري بعض التجارب الطبية فقام بوضع يده في أقرب إناء به سائل بارد وكانت المفاجئة حيث كان في الاناء زيت اللافاندر (زيت الخزامى) وقد شفت يده تماما بدون ترك أي أثر للحرق، ومن بعدها تم ادخال زيت اللافاندر في معالجة الحروق.
ونتيجة لهذا الاكتشاف عكف العلماء على دراسة خواص هذه الزيوت الطبيعية وفوائدها، وقد اكتشف المختصون ان لكل نوع من هذه الزيوت أكثر من مائة مركب لكل منها فائدة وخاصية قائمة بذاتها وتتفاعل هذه المركبات فيما بينها لتعطي المفعول العلاجي الخاص بها.

يعتبر العلاج بالزيوت العطرية هو شفاء للجسم والروح بإذن الله ويعتقد بعض العلماء أن سر بقاء هذه الأشجار والنباتات لآلاف السنين وقدرتها على مقاومة الظروف المحيطة بها يرجع الى عطرها الخاص بها والذي كان يحميها من الأمراض والطفيليات، فقد اكتشف العلماء أنواعا من هذه الزيوت ضد الفطريات كما أن هناك أنواعا تستخدم كمطهرات للجراثيم وكذلك ضد البكتيريا ومضادات للالتهابات وبعضها يستخدم كمسكن وضد السموم وكذلك تستخدم للجهاز الهضمي وأيضا كطارد للبلغم.

إن استخدام الزيوت العطرية في مجال العلاج الطبي واسع المجال وبلا حدود ولا يزال العالم في انتظار المزيد من هذه المركبات التي تستخلص من الطبيعة والتي لا يوجد لها أي تأثيرات أو مضاعفات جانبية أو أية موانع في استخدامها

تشخيص الأمراض بعدسة العين

والتشخيص بعدسة العين، أو التشخيص العدسي (IRIDOLOGY) هو النظر إلى عدسة عين المريض (أو السليم) لمعرفة أي خلل في باقي أنحاء الجسم. ويتم ذلك بفحص كل جزء من العدسة ورؤية ما إذا كان طبيعيا بالمقارنة مع علامات مرضية معينة تم جمعها على مدى السنين بملاحظات الأطباء.
وأعني بأجزاء العدسة الأجزاء المحددة لكل عضو من أعضاء الجسم، ففي عدسة العين توصيلات بين مناطق الجسم وما يناظرها فيها (أنظر الرسم). ولعل هذه التوصيلات تذكرك بانعكاسات القدم في الطريقة العلاجية الانعكاسية. إلا أن غايتها هنا تشخيصية تماماً. ولعمري أن هذه لمن أعظم نعم الله تعالى على البشر. فهل هناك أسهل من أن تنظر إلى عدسة العين لتعرف ما إذا كان هناك خللاً في مكان ما من جسمك لتتخذ الحيطة، أو لتعرف ما إذا كان وضع ذلك الجزء من جسمك في طريق الشفاء أم لا يزال كما هو إلى غير ذلك مما يمكن أن تستفيد منه عند نظرك إلى عدسة عينك.



رسم عدستا العينين مؤشرة عليهما أجهزة الجسم وأعضاؤه
: **الأصل**

كان "اغناز بشلي" البولوني صبياً عندما حاول الإمساك ببوم، إلا أن البوم غرس فكيه في ذراعه. وفي محاولة التخلص من البوم كسرت ساق الأخير، فحمله اغناز معه إلى البيت وربط ساقه بضماد. وقد لاحظ ظهور نقطة سوداء في عين الطائر، والتي أصبحت خطا أسود ممتداً من البؤبؤ إلى نهاية العدسة. وبعد مدة التأم الكسر، ولكن البوم لم يغادر بيت الصبي. وبعد شهور من ذلك لاحظ اغناز أن الخط الأسود في عدسة عين البوم قد اختفى تاركاً في محله خطاً أبيض. كانت هذه هي أول ملاحظة في هذه الطريقة التشخيصية الرائعة.
وبعد تخرج اغناز بشلي من كلية الطب (وكان قد تخرج قبلها من كلية الهندسة) وبدء ممارسته للطب، أصبح لديه مجالاً واسعاً لدراسة عدسة العين وعلاقتها بالأمراض وذلك بملاحظة عيون مرضاه. وقد بدأ بوضع وتأشير مناطق أجزاء الجسم المناظرة في عدسة العين.
وبالإضافة إلى بشلي فقد كان هناك باحثين آخرين في هذا المجال منهم السويدي "باستور ليليكوست" الذي أصابه الهلع عندما رأى بأن لون عينيه قد تحول من الأزرق إلى الأصفر المخضر بعد أن تناول كمية كبيرة من الكنين لعلاج مرض ما. ومنهم الألماني "باستور فلكه" وطلابه "ماجدلين ماداوس" وابنتها "إيفا فلنك" من بعدها، و"ألفريد ماوباخ"، و"فلهلم زاهرز" الذي عالجه فلكه وأصبح بعدها من ألمع طلابه. ومن الذين ساهموا في تطوير التشخيص العدسي الألماني "رودولف شنابل". وبعد أولئك الرواد استمر هذا العلم بالتوسع لأنه يعتمد على الملاحظات، فهو تجريبي بطبيعته. وكلما تقدمت السنون كلما جمعت معلومات أكثر وصورت علامات أكثر للأمراض المختلفة مما يزيد، من كمية الصور التي يمكن مقارنتها، وهو ما يؤدي إلى تشخيص أفضل ودقة أكثر.

كيف يعمل ؟

يتألف الجزء المرئي من العين من ثلاثة أجزاء هي : البؤبؤ، وهو المركز الأسود الذي يدخل الضوء إلى العين، وبياض العين، والعدسة، وهي الجزء الملون الذي يحيط بالبؤبؤ والذي هو مجال بحثنا. عندما نسمع صوتا مفاجئاً مؤثراً على نومنا المعتاد فإننا نصحو تماماً، وعندما يوخز دبوس أحد الأصابع فإن التحفيز يؤدي إلى سحب سريع جداً للإصبع قبل أن يتوفر للدماغ وقت لإرسال رسالة إلى العضلة المعنية. هذه الانعكاسات وأمثالها هي التي تحمل من قبل الجهاز العصبي السمبثاوي إلى العدسة. أما العلامات فتسمى العلامات الانعكاسية والتي تختلف عن العلامات الجينية.
وقد اكتشف الباحثون مؤخراً مستقبلات صغيرة في عيون الحيوانات التي تستطيع أن تغير لون جلدها كالحرباء مثلاً، وهي السحالي ذات اللسان الطويل والتي تغير لون جلدها حسب المحيط. وقد يكتشف الباحثون شيئاً مشابهاً في عيون البشر في المستقبل.

كيفية إجراء الفحص :

أول ملاحظة للفاحص هي لون العين. وقد تتعجب من حقيقة إن هناك لونان فقط للعين عند البشر جميعا، وهما الأزرق والبني. أما الألوان الأخرى فألوان كاذبة وقد نشأت من الحالة غير الطبيعية للجسم والتي تنعكس في العدسة. فعندما تدقق النظر في العين الخضراء اللون تجد أنها زرقاء أصلاً ثم أخضر لونها بسبب البقع الصفراء التي تراكمت عليها والتي قد تكون علامة على مشاكل الكبد أو المرارة.

وليس اللون البني لعيون بعض الأوروبيين أو الأمريكيين والأستراليين إلا لوناً كاذباً والذي قد نشأ من تراكم البقع البنية على العيون الزرقاء.
وفي البدء تفحص العدسة بمكبرة (6 أو 7 أضاف) ويستعمل ضؤ من مصدر صغير(قلمي الهيئة عادة). ثم ينظر الفاحص إلى كل العلامات العدسية على المناطق المختلفة ويسجلها على المخطط المؤشر.
بعدها يسألك عن التاريخ المرضي، في الماضي وما تشعر به الآن، ليعرف مدى مطابقة ما تعانيه مع ما يراه من علامات في العدسة. وهنا لا تبين العدسة ما حدث لأي عضو بعد إجراء عملية جراحية عليه، وإنما حالته قبل إجرائها ولو بعد سنين طويلة.
وهناك بعض الأدوية تغير من لون العدسة، لهذا يجب أن يعرف الفاحص ذلك ليعرف ما إذا كان تغير لون العدسة هو بسبب دواء ما أو شيء آخر.
بعدها، يقوم الفاحص بتصوير العدسة بكاميرا خاصة. ثم يضع الصورة التي تشبه الصورة الشعاعية في هيئتها والتي هي بقياس 35 ملم على شاشة الضوء مما يكبر عدسة العين إلى 20 مرة أخرى من حجمها الطبيعي. وهناك معالجون وأطباء لا يمتلكون هذه الكاميرا، ولكن باستطاعتهم الاستفادة من الفحص العدسي بتسجيل العلامات ومقارنتها مع المخطط الذي فيه جميع أجزاء الجسم مؤشرة حسب مناطق انعكاساتها في العدسة. إلا أن للتصوير فائدة وهي حفظ حالة المريض في صورة يمكن مقارنتها بصورة أخرى تلتقط بعد مدة من العلاج لمعرفة مدى التحسن في حالته الصحية.
ويستعمل البعض مايكروسكوباً مكبراً والذي يتيح تكبيراً جيداً جداً للعدسة، إلا أنه إذا زاد التكبير عن 12 مرة لا تعود العدسة تظهر كاملة عنده.

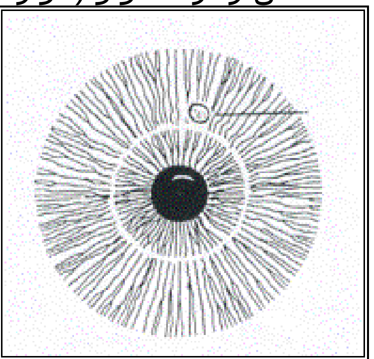
فحوصات أخرى :

ويقوم الفاحص في بعض الأحيان بعمل فحوصات أخرى تعينه بعد أن نظر إلى عدسة العين. ومن هذه الفحوصات : فحص ضغط الدم في الراحة وبعد الوقوف لمعرفة عمل غدد الأدرينالين، ومنها فحص درجة الحرارة تحت الإبط في عدة أيام لمعرفة عمل الغدة الدرقية، ومنها فحص الخيط الذي يبلعه المريض في داخل كبسولة مع إبقاء طرفه بيد الفاحص لمعرفة حموضة المعدة أو نزفها إن كان حاصلاً، ومنها الصعود والنزول لمرات عديدة على درجة واحدة من درجات السلم وتسجيل النبض قبل ذلك وبعده ثم بعد الراحة من العملية وذلك لمعرفة حالة القلب، أو فحص ضغط الدم وهو الفحص المعتاد، ومنها فحص تجعيدات الأصابع بعد وضعها لمدة في الماء الحار لمعرفة ما إذا كان المريض مصاباً بواحدة من عدة حالات ممكنة كفقر الدم أو مرض القلب أو الأمراض المسببة من عدم توازن الهرمونات كالسكري مثلاً.

علامات العدسة :

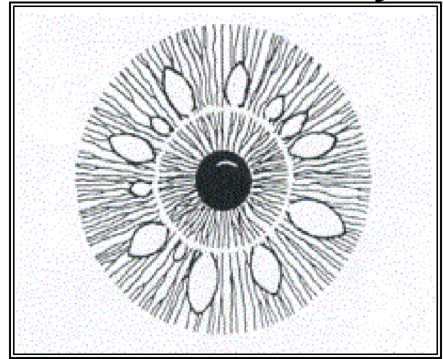
على مر السنين استطاع المشخصون العدسيون تثبيط علامات متعددة لوحظت في عدسة العين لما لا يعد ولا يحس من المرض بحيث أصبح لكل من هذه العلامات دلالة معينة لا تخطيء. وعلامات العدسة هي :
1- تركيبة نسيج العدسة هي أول علامة حيث هي تدل على نوعية الشخص، كأن يكون أكثر عرضة للأمراض من غيره. فمثلا هناك العدسة ذات النسيج المخملي، والعدسة المتألف نسيجها من أنسجة واضحة التفرق عن بعضها، والعدسة التي بعكس ذلك حيث يبدو النسيج وكأنه قطعة واحدة. وهذه التركيبة لا علاقة لها بحالة المريض الصحية الحالية وإنما هي إحدى صفاته، فهي متطورة مع

تطور العين بالرمز الجيني المحمول من قبل الحوامض الأمينية. فالعدسة، ومنذ البداية، مبرمجة جينياً، وهذا من أساسيات التشخيص العدسي.
2- الثغرة (أو الفجوة) الدائرية.
3- الثغرة الاعتيادية، وهي على شكلين : المفتوح وهو عبارة عن قوسين متقابلين والمغلق وفيه القوسان متصلان من جهة واحدة.
4- النقاط الباهتة، وهي النقاط التي تظهر أمام حافة سوداء للعدسة.
5- شكل زهرة اللؤلؤ (أو زهرة الربيع)، (أنظر الرسم).

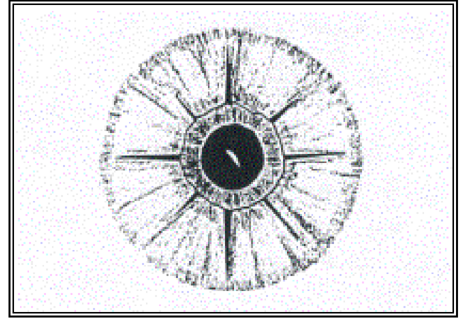


رسم الثغرة (الفجوة) الدائرية

6- الخطوط المرضية (أو خطوط الوهن)، وهي خطوط سوداء خارجة من الوسط إلى الخارج.
7- شكل زهرة التوليب، وهو ليف سميك يتفرع إلى فرعين ليحاكي شكل التوليب عندما يصل إلى حافة العدسة الخارجية.
8- العرضي، وهو ليف منفرد يسير بشكل غير منتظم.
9- خلية العسل، وهي التي تشبه خلية النحل حيث تكون عبارة عن وحدات سداسية.
وهذه العلامات ليست إلا جزءاً يسيراً جداً من مجموع العلامات المثبتة والتي هي بحدود 250 علامة.



رسم شكل زهرة اللؤلؤ



رسم شكل حيودات الوهن (المرض)

التشخيص المبكر :

من أعظم فوائد التشخيص العدسي هو التحذير المبكر لحالة بدأت بالنشوء في جسمك ولكن لم تبدأ أعراضها بالظهور بعد. وهناك حالات مرضية يستغرق تطورها حتى تصبح محسوسة بأعراضها الدالة عليها سنين طويلة. فإذا ما راجعت إحدى عيادات التشخيص البديل وحذرك المشخص من حالة ما فإن الواجب عليك هو أن تحاول القضاء عليها وهي لا تزال في طورها الأول. فإذا قمت بما يتوجب من علاج قضيت عليها قبل أن تستفحل وتسبب لك الآلام والمشاكل الأخرى، بل وقبل أن تصبح حالة مزمنة يصعب علاجها أو يطول، وقد تكون حالة مميتة.
إن كثيراً من الناس يذهبون بشكل دوري، عادة كل 6 أشهر، إلى طبيب الأسنان في حين أن أمراض الأسنان لا تهدد الحياة، فيجب عليهم أن يراجعوا بشكل دوري أيضاً المشخص العدسي (الآيردولوجي) لكي يراقبوا حالتهم الصحية.
هذا بشكل عام، أما الأطفال فلا يجب فحص عدسات عيونهم قبل أن يبلغوا الست سنوات من العمر لأن العدسة تكون في تطور مستمر حتى ذلك الحين.

مع العلاج المطلوب :

إذا علمت، بشكل ما، إنك مصاب بالحالة الفلانية كيف تستطيع الاهتداء إلى أفضل علاج لها ؟ أعني كيف تعرف ما إذا كنت بحاجة إلى الذهاب إلى طبيب الأعشاب أو الهوميوباث أو الأوستيوباث أو غيرهم ؟ قد تذهب لتجربة هذا العلاج أو ذاك وأنت غير مطمئن إلى مناسبته لحالتك. وهذا يصدق على بعض فروع الطب البديل كالكايروبراكتك أو اليوغا، في حين أن الهوميوباثي مثلا نظام متكامل يدعي المختصون فيه أنه يستطيع معالجة جميع الحالات المرضية دون استثناء. إلا إنك إذا ذهبت إلى المشخص العدسي فسوف يكون باستطاعته أن يدلك، بعد معرفة مشكلتك سواء كانت موجودة أو ستظهر مستقبلاً، إلى العلاج المناسب لحالتك لأن تجربته في هذا المجال تبين له أن العلاج الفلاني أكثر مناسبة لهذه الحالة التي باتت علامتها في عدسة عينك. ومن ثم، فهو يستطيع أن يقترح عليك عيادة معينة أو معالجاً معيناً لكي تراجعه طلباً للعلاج.
هذا، وتجد أن الكثيرين من المشخصين العدسيين هم مختصون في واحد أو أكثر من العلاجات البديلة مما سيتيح الفرصة أمامك لكي يباشر علاجك المشخص نفسه بدون عناء الذهاب إلى معالج آخر.

التشخيص بالفراسة :

والتشخيص بالفراسة (PHYSIOGNOMY) هو التشخيص حسب ملامح الوجه أو أساريره، وحسب خطوط الجسم على أساس أنها دليل على المزاج والخلق، أي إن الصفات الباطنية تظهر خارجياً. وهذا التشخيص هو الأساس في المايكروبايوتكس وهو النظام العلاجي الغذائي الطبيعي الذي ارتبط مع مرض الأورام السرطانية بكافة أشكالها.
وأساس هذا التشخيص هو أن كل واحد منا عبارة عن موسوعة حية لكل تطورنا البدني والعقلي والعاطفي والروحي. فكل نقاط القوة والضعف التي لأهلنا، والبيئة التي نشأنا فيها، والطعام الذي تغذينا عليه كلها معبر عنها في حالتنا الحاضرة.
وليست القامة ولا لون الجلد ولا طبقة الصوت ولا الصفات الأخرى إلا ظهور أو تجليات لنوعية الدم والأعضاء الداخلية والجهاز العصبي والبنية الهيكلية للجسم. وهذه (أي نوعية الدم. . . الخ) هي نتيجة للعوامل الوراثية والغذاء والبيئة والنشاط اليومي والأفكار والمشاعر.

وإن سر المهارة التشخيصية يكمن في إدراك العلامات التغيرية قبل أن تصبح خطيرة، أي أن ترى العلامات المرئية على الوجه والعينين لتعرف أن الحصا يتكون في الكلية مثلاً، أو أن القلب يتضخم أو أن ورماً سرطانياً يتطور، وذلك قبل أن تنشا الأعراض المرضية كالألم وغيره. وهذا النوع من التشخيص يعتمد كلياً على المعالج وقدرته على تطوير تحسسه وفهمه لأساسيات هذه الطريقة. وهذه الطريقة التشخيصية طريقة قديمة، ولا بد إنها كانت مشتركة لكل الأقوام أو معظمها حيث لم يكن هناك أجهزة أو أدوات تشخيصية ولا هناك عمليات جراحية تجرى لهذا الغرض. وقد كانت هذه الطريقة هي المتبعة في الشرق والغرب إلى القرن التاسع عشر، ثم عفا عليها الزمن بدخول الوسائل التشخيصية الحديثة كصور الأشعة والفحص بالناظور والتخطيط الكهربائي وغير ذلك. والوسائل الأخيرة تعجز عادة عن التقاط هذه الإشارات الأولى للحالة المرضية كما يعرف ذلك كل من يشكو من آلام أو أية أعراض غير مريحة أخرى ثم يخبره الطبيب إن لا شيء عنده لمجرد أن صورة الأشعة لا تبين شيئاً، أو أن تخطيط القلب طبيعي. ويظل هذا الشخص شاكياً من هذه الإزعاجات إلى أن يتطور المرض إلى الدرجة التي يصبح بعدها مدركاً بالوسائل التشخيصية هذه، ولكن بعد أن يكون قد أصبح أكثر خطورة، أو خطراً فعلاً، أو حتى ميئوساً من معالجته.

يقول "ميكيو كوشي" في كتابه "النظام الغذائي الواقي من السرطان" عن الصفات الجسمية والعامل الوراثي وذلك بعد أن كان يقضي الوقت الطويل في التفرس في وجوه وأجسام المارة في الشوارع والحدائق والمسارح والمطاعم وكل الأماكن العامة الأخرى "أسبوعاً بعد أسبوع، وشهراً بعد شهرٍ، وسنة بعد سنةً، أصبح واضحاً بأن التجليات البدنية والنفسية والاجتماعية والحضارية للفعاليات البشرية تعتمد على البيئة والعادات الغذائية. وأصبح واضحاً إن العوامل الوراثية ليست إلا نتيجة للبيئة التي عاش فيها آباؤنا وأجدادنا وللغذاء الذي تناولوه. وإن الكيان الذي نولد به يعتمد كثيراً على الغذاء الذي تناولته أمهاتنا أثناء فترة الحمل. وقد جمع ليوناردو-يعني ليوناردو دافنمثي الرسام والطبيب المعروف - العلاقة في كتاباته عن الجنين ما يلي : عندما تشتهي الأم طعاماً معيناً فإن الطفل سيحمل علامة دالة عليه وهو الوحم كما نسميه".

ويكمل كوشي قائلا : "خلال الفترة الجنينية تجتمع كل الأجهزة الجسمية لتكون الكيان الوجهي كله. . . وبعد الولادة، ترتبط كل مساحة من مساحات الوجه مع عضو داخلي وعمله".

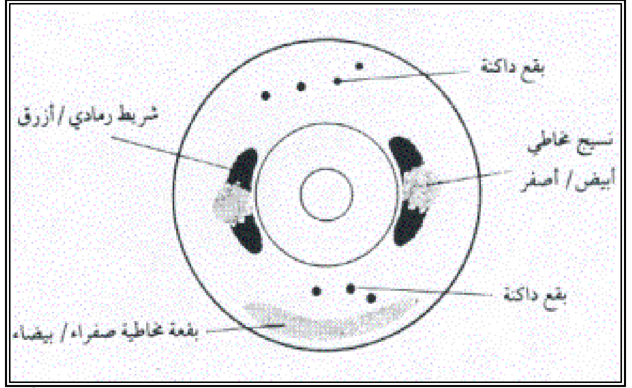
الارتباط بين الأعضاء الداخلية وصفات الوجه :

تستطيع معرفة حالة كل من الأعضاء الداخلية التالية من صفات الوجه التالية :

1- التجويف الصدري وبضمنه الرئتين والثديين وعملها مع الوجنتين.
2- القلب وعمله من أرنبة الأنف (طرفه الأمامي).
3- القصبات الهوائية من المنخرين.
4- المعدة من الجزء الأوسط للأنف، أما وسط الجزء العلوي منه فالبنكرياس.
5- الكليتين وحالة المبايض عند النساء والخصيتين عند الرجال من العينين.
6- الطحال والبنكرياس من العين اليسرى، أما الكبد والمرارة فمن اليمنى.
7- حالة الجسم عموماً من عدسة وبياض العينين (أنظر التشخيص العدسي أعلاه).
8- الكبد من المساحة بين الحاجبين.
9- الطحال من الصدغين.
10-الأمعاء الدقيقة من الجبهة، أما الأمعاء الغليظة فمحيط الجبهة كله.
11-المثانة من أعلى الجبهة.

12- لكلية اليمنى من الأذن اليمنى، والكلية اليسرى من الأذن اليسرى.
13- القناة الهضمية من الفم. فالمعدة من الشفة العليا، والأمعاء الدقيقة من الشفة السفلى في مساحتها الداخلية، أما الأمعاء الغليظة ففي الشفة السفلى في قسمها المحيط، وأما الإثني عشري فمن زوايا الشفتين.
14- الأعضاء التناسلية ووظائفها من المساحة المحيطة بالفم.
وتؤشر الخطوط والبقع والشامات و التورمات وعدم التلون وكل العلامات غير الطبيعية في هذه المناطق إلى اختلاطات معينة في الأعضاء الداخلية المرتبطة بها كنتيجة للاستهلاك غير المناسب للأطعمة.
كما إن العلامات على اليدين والقدمين والصدر والظهر وباقي أجزاء الجسم كله تعطي إشارات إلى الحالة الفيزيولوجية الداخلية للشخص، وكذلك ما ينزع إليه عقلياً ونفسياً. وعلى أساس هذه الملاحظات وأمور أخرى بسيطة يمكن مراقبة حالة الشخص بين فترة وأخرى بشكل أمين وبسيط وفعال.

أمثلة على حالات مرضية :
كمثال خذ الحالات التي قد تؤدي إلى السرطان، حيث ننظر إلى بياض العين لدراسة العلامات غير الطبيعية (من كتاب كوشي الآنف الذكر)، و(أنظر الرسم).



1- غالباً ما تدل البقع السوداء في القسم الأعلى من بياض العين على رواسب كلسية في الجيوب الأنفية.
2- غالباً ما تدل البقع السوداء في القسم الأسفل من بياض العين على حصوة الكلية وتحوصلات في المبايض.
3- غالباً ما تبدو التجمعات المخاطية والدهنية في الأعضاء المركزية كالكبد والمرارة والطحال والبنكرياس على شكل بقع زرقاء أو خضراء أو بنية أو بيضاء في بياض العين على أي جهة من العدسة، وهو ما يدل غالباً على عدم كفاءة في عمل هذه الأعضاء.
4- غالباً ما يدل اللون الأصفر أو الأبيض في القسم الأسفل من قرة العين على تجمع المخاط والدهن في ما حول البروستات.
5- غالباً ما يدل اللون الأصفر في القسم الأسفل من كرة العين على تجمع المخاط والدهن في الأعضاء الجنسية الأنثوية. وغالباً ما يكون المخاط ذو اللون الأبيض الرمادي دالاً على الإفرازات المهبلية. والتحوصلات المبيضية والأورام وغيرها من الاختلاطات المشابهة.

طرق تشخيص أخرى :

هناك طرق تشخيصية غير التشخيص العدسي والتشخيص بالفراسة منها ما ذكرناه عند الكلام عن التشخيص العدسي حيث ذكرنا الطرق الأخرى التي من الممكن أن يستعملها المشخص إضافة إلى فحص عدسة العين.
ومن هذه الطرق تحليل الشعر حيث يمكن معرفة حالة الجسم من المواد التي فيه والتي تعطي دلالات عنها في شعر الرأس.
ومنها ما ذكرناه عند الكلام عن الطب الصيني حيث يتم فحص الين واليانغ وهما جانبي التوازن في كيان المريض ككل وذلك بما يشبه طريقة قياس النبض من الرسغ.
ولا بد أن هناك طرق عديدة في التاريخ البشري للجماعات البشرية المختلفة بالإضافة إلى الفراسة والتي توقف العمل بها والاعتماد عليها في كل المجتمعات البشرية التي أخذت بوسائل التشخيص الحديثة دون غيرها، وهي أغلب المجتمعات في عالم اليوم.

العلاج بطاقة الصوت

"الضوضاء" هي السمة المميزة لحياتنا العصرية.. فهي تحاصرنا في كل مكان، وتدفعنا إلى التوتر والعصبية دون أن نشعر؛ مما يعرضنا لمخاطر ارتفاع ضغط الدم، وتسارع ضربات القلب.. وإذا كان من الصعب إزالة مصادر الضوضاء، فلا أقل من تجنب التعرض لها ومحاربتها بكل الأسلحة المتاحة.

وإذا كانت هناك أصوات تسبب المرض، ونسميها "الضوضاء"، فهناك أصوات تساعد على الشفاء- بإذن الله- وقد ألهمنا الله بعض الممارسات الصوتية التي تساعد على التخفيف من الضغوط العصبية، والانحرافات المزاجية، بل من بعض الأمراض العضوية، تلك الأصوات نمارسها دون أن نشعر وكأن أجسادنا تعالج نفسها بنفسها.

إننا "نصرخ" فرحًا في حالات السعادة القصوى، وكأن نفوسنا تعجز عن احتواء النشوة والسعادة، وكذلك "نصرخ" ألما وكمدا في حالات الحزن المفرط كما لو كانت أجسادنا ونفوسنا أضعف كثيرا من أن تحتمل آلامها.. وهنا نلمس الأثر العلاجي للصوت؛ ففي حالات الإفراط العاطفي- فرحا أو حزنا- تعيد تلك الممارسات الصوتية النفس والجسد معا إلى حالة التوازن، وكأن الجسم قد تخلص من الشحنة الزائدة التي تفوق احتماله.

ويسجل عالم الطب والنفس الياباني "تاكاشي ناكامورا" ملاحظته حول موضوع العلاج بالصوت فيقول في كتاب "العلاج الشرقي بالتنفس": "إن إطالة النفس وإمساكه مع ضغط البطن يظهر فعالية كبيرة لموجات "ألفا" في رسم المخ الكهربي، ويشير إلى تحكم خلاق في الجهاز العصبي اللاإرادي".

وهذا النمط من التنفس يحدث لا إراديا، وتبعا لحاجه البشر إلى راحة الجسد والنفس في صوره إطلاق الأصوات اللينة أو أصوات المد المتاحة لكل البشر على اختلاف لغاتهم وتباين معتقداتهم؛ فمثلا الصوت الذي يخرج من صدور وأفواه الرهبان الأطباء في المعابد البوذية على جبال الهمالايا مع تكرارها لمرات عديدة لبضع دقائق تعود بالأنفاس التي كادت تتوقف من عناء الصعود إلى السلاسة برغم ارتفاع الأربعة آلاف متر، وانخفاض الضغط، وقلة الأوكسجين، وكذلك كلمة "آمن" في صلوات أهل الكتاب.. والأهم والأقرب إلى قلوب المسلمين كلمة "آمين" التي ما إن تنطلق مديدة من صدورنا حتى تمحو آلام الروح والجسد.

التفسير العلمي للعلاج بالصوت



يذكر الدكتور "محمد المخزنجي" في كتابه عن الطب البديل ثلاث نظريات تحاول تفسير تأثير العلاج بالصوت فيقول: "يفسر تأثير العلاج بالصوت -طبقا للفيزياء الحديثة- بأنه ما من جزء من المادة إلا وله ذبذبة محددة تمثل حالته الطبيعية، حتى على مستوى الدقائق دون الذرية كالإلكترونيات الدائرة حول أنوية الذرات، وبما أن أجسامنا في نهاية الأمر مكونة

من ذرات، فإن أعضاءنا وأجزاء أجسادنا المختلفة لكل منها تردد موجي بعينه يمثل حالتها الصحية السوية، وهي ترددات متناهية الخفوت لا نسمعها.

هذه الترددات السوية تختل، ويختلف نمطها عند حدوث المرض أو معاناة الضغوط، وما العلاج بالصوت إلا توجيه موجات ذات تردد فعال يعدل اختلال الموجات في الأجزاء المصابة ويعيدها إلى سويتها، أي إلى حالة الصحة.

وهناك تفسير ثانٍ يتناول تأثير العلاج بالصوت على أسس ميكانيكية؛ فالموجات الصوتية عندما تصل إلى آذاننا تتحول إلى نبضات تسري في الأعصاب إلى المخ؛ ليفسرها ويجعل الجسم يتفاعل معها، أما تلك الموجات التي تصل إلى الجسم فإنها تؤثر بنوع من المراوحة بين التخلخل والضغط، وهي ترتطم بالجسد مسببة ارتجاجات ميكروسكوبية خافتة جدًّا، لكنها تكفي لتنشيط الخلايا والدورة الدموية الدقيقة في الجزء الذي ترجه.

أما التفسير الثالث فيرتكز على مفهوم مراكز الطاقة في الجسم تبعا لطب "الأيوروفيدا" الهندي؛ حيث توجد ثمانية مراكز كل منها تسمى "شاكرا" موزعة على طول الجسم لتنسيق تدفق الطاقة بين الأعضاء.

ويعتقد الدكتور "هالبرن" وهو أحد الدارسين للطب الغربي وطب الأيوروفيدا أن كل "شاكرا" لها ذبذبة معينة ذات علاقة بالسلم الموسيقي، وهذه الذبذبات تختل بالمرض والضغوط، والعلاج بالصوت يعيد إليها سويتها الترددية.. وهذه المقارنة يضيف إليها "فابين مامان"- وهو موسيقي ومعالج بالصوت- أن المعالج الجيد يمكنه أن يختار أصواتا مناسبة، ليس فقط لتحسين الحالة الجسدية والنفسية، بل لمكافحة بعض الأمراض ودعم الشفاء منها".

التطور التاريخي للعلاج بالصوت

تخلط بعض المراجع الطبية بين العلاج بالصوت و"العلاج بالموسيقى"، والحقيقة أن لكل منهما توجهه وتشعباته، والأفضل أن نفصل بينهما؛ لأنهما بذاتهما مبحثان كبيران.

تاريخيًّا نجد الفيلسوف والرياضي الشهير "فيثاغورس" منذ 2500 سنة، يعلم تلاميذه أن الأصوات تساعد على العمل، والاسترخاء، والنوم، والصحو بعافية.

وفي عام 1896 بدأ الاهتمام الطبي الحديث بالتأثير الإيجابي للموسيقى، التي تزيد من تدفق الدم، وتساعد على الصفاء العقلي، وكان ذلك في الولايات المتحدة، ويمكن اعتماد هذا التاريخ كبداية لانتباه الطب الحديث للعلاج بالصوت؛ فالعلاج بالموسيقى لفت الانتباه إلى إمكان العلاج بالغناء، ومن ثم بالترنيم أو التنغيم، وفي النهاية إلى العلاج بالصوت.

وفي الخمسينيات والستينيات، من القرن العشرين، لم يعد العلاج بالصوت وقفا على الصوت البشري أو حتى أصوات الطبيعة، بل تطور الأمر إلى حد إنتاج أجهزة إلكترونية لإطلاق موجات صوتية للعلاج وأخرى للتشخيص، وعلى سبيل المثال ابتكر الطبيب البريطاني "بيتر مانرز" جهازا لإطلاق موجات صوتية للعلاج الموضعي، وأخذت طريقته اسم المعالجة "السيمية" cymatics؛ حيث يقوم الجهاز بنقل الموجات الصوتية عبر الجلد إلى منطقة محددة داخل الجسم لعلاجها، وهذه الموجات تجعل خلايا الجزء المصاب تتذبذب حتى تصل إلى حدها الأقصى، وهو التردد الصحي لهذه الخلايا.

وابتكر إخصائيا الأذن الفرنسيان "د. جاي بيرار" و "د.ألفريد توماتي" طريقة التدريب السمعي التكاملي عن طريق أجهزة تطلق أصوتًا ذات موجات منتقاة لتدريب الأطفال التوحديين والمصابين باللعثمة على سماع وإدراك أصوات كان يصعب عليهم التواصل معها.

وفي العقد الأخير من القرن العشرين، طور الأطباء الفنلنديون طريقة استخدام موجات صوتية، يولدها الكمبيوتر وتبث عبر سماعات، مثبتة في كرسي طبي يجلس فيه المرضى لخفض ضغط الدم المرتفع وإزالة التوتر العضلي والوقاية من مضاعفات أمراض القلب والشرايين.

وفي نهايات القرن العشرين، ابتكر مدرب الترنيم العلاجي "جيل بوريس" طريقة علاجية تسمى "النغم المغولي الفائق"، وفيها يتعلم الناس كيف يستخلصون من أصواتهم نغمات عالية النقاوة، تدخلهم بعمق في حالات التأمل الهادف إلى الصفاء العقلي والسلام الداخلي.

وتروج الآن تسجيلات علاجية تخرج من التبت إلى أوروبا وأمريكا تسمى "موسيقى الأواني" تستخدم في جلسات التأمل العلاجي لإزالة التوتر والضغوط العصبية. ويعلق على ذلك "د.هالبرن" قائلا: "إن الصوت يمكن أن يكون له تأثير قوي على ضربات القلب، ومعدل التنفس، وضغط الدم، وهو يلعب دورا في تفعيل مضادات الألم الطبيعية (الإندورفينات) فإذا تضافرت هذه التأثيرات معا فإنها تصنع نوعا من الاسترخاء الصحي يتيح لقوى الشفاء الذاتية أن تعمل في الجسد".

أمراض يعالجها الصوت

يذكر د.محمد المخزنجي بعض الاستخدامات العلاجية للصوت فيقول: "إن العلاج بالصوت باستخدام أجهزة إلكترونية حديثة لإطلاق موجات معينة التردد، ثبت أنها تساعد على التئام الكسور والجروح، كما يعتقد أنها مفيدة في معظم أمراض الجهاز الحركي، كما في حالات التهاب العضلات التليفي، والروماتيزم والتهاب المفاصل، وآلام الظهر، والشد العضلي، والرضوض (الكدمات)، والصداع النصفي، وآلام الأعصاب.. وتساعد في علاج التهاب الجيوب الأنفية، كما ثبت أنها تفيد قبل إجراء الجراحات، فتجعل عمليات ترميم الورك أكثر نجاحا، كما تخفف من آلام الانزلاق الغضروفي بما يسمح بعمليات التصحيح اليدوي. وقبل العلاج بالصوت ينصح بالتشخيص الجيد، والتقييم الجيد للحالة، وقد يكون المرور على الطبيب العادي أولاً مهماً؛ ففي نهاية الأمر يمثل العلاج بالصوت- كما في معظم علاجات الطب البديل- عنصرا مكملا مع الطب الغربي الحديث، وفي حالة انفرادها فهي وسيلة وقائية لمنع ظهور أو تفاقم الأمراض".

وأخيرا يقول المثل العربي: "وداوني بالتي كانت هي الداء".. فمعظم أمراض العصر الحديث يسببها القلق والتوتر العصبي الذي تغذيه الأصوات المزعجة والضجيج، ويأتي الاسترخاء مع الترنم بصوت مسموع يريح العقل والجسد، وكأن تنغيم الصوت وترنيمه يُدلِّك الروح والعضلات معا. ولعل خير مثال نذكره: الترنم بآيات من القرآن الكريم، وصدق الرسول الكريم إذ يقول: "زينوا القرآن بأصواتكم".

العلاج بالضوء أو بأشعة الشمس

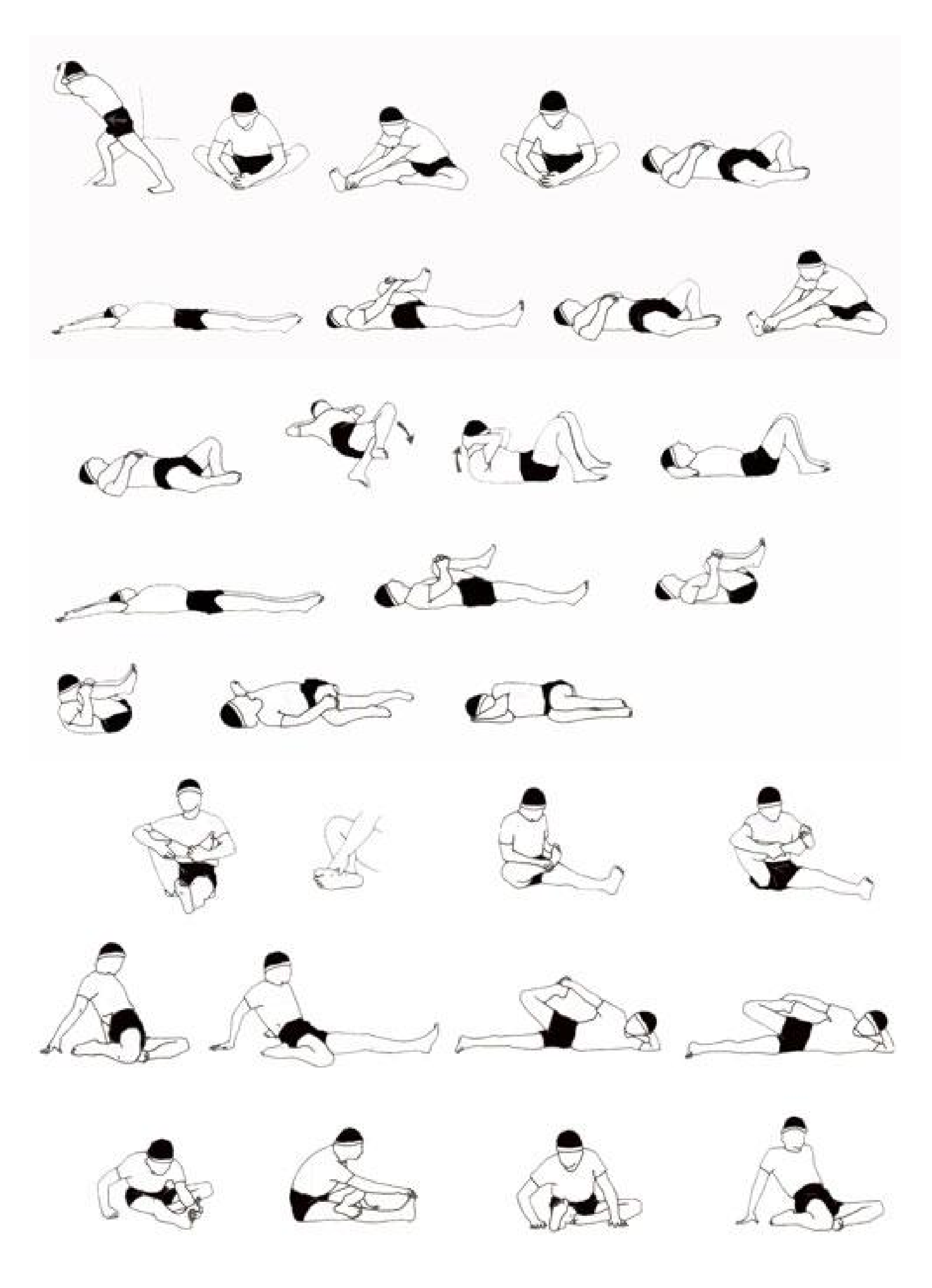
اكتشف الباحثون أن لمبات الضوء ذات الطيف الكامل يمكن أن تحمل فوائد فيزيولوجية كثيرة خاصة لأولئك الذين يعملون أو يجلسون تحتها وفي دائرة ضوئها.

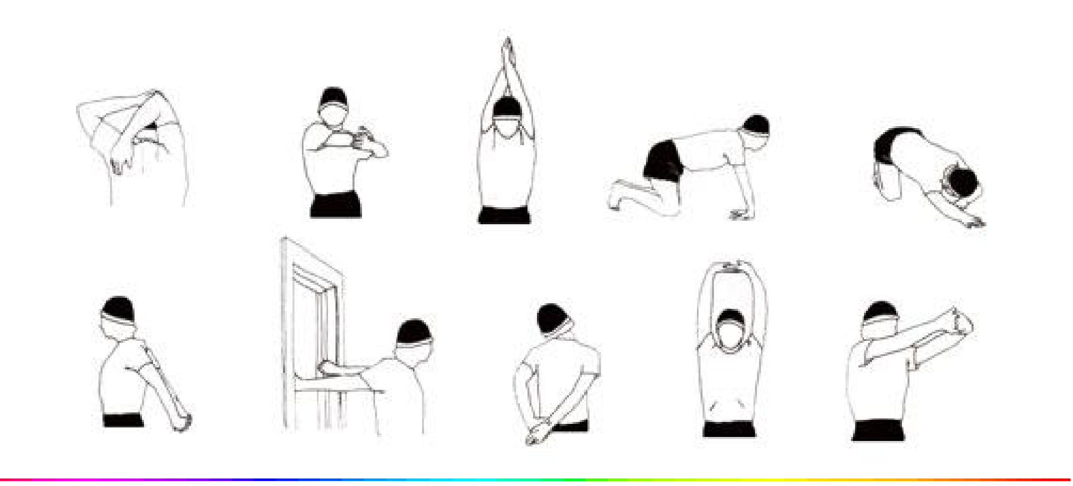
وانتشرت ظاهرة معالجة المصابين بالإرهاق البدني والتوتر النفسي والاكتئاب بوساطة الضوء بسرعة كبيرة، حيث صار المعالجون يستخدمون الضوء الوهاج الكامل الطيف في معالجة حالة مرضية نادرة تعرف بإسم "الاضطرابات الموسمية" وهي شكل من الاكتئاب يزداد حدة في فصلي الخريف والشتاء.
ويمكن استخدام الضوء كوسيلة علاج لحالات مرضية بدنية كالإحساس بالتعب والإنهاك أو نفسية كمعاناة التوتر والأرق، مثل استخدام العتمة، أو الضوء الخافت لعلاج المصاب بالصداع والتوتر العصبي، وبالإضافة إلى ذلك يساعد الضوء المسافرين جواً ويعبرون مناطق زمنية، فى تخليصهم من الإحساس بالاعياء أو الميل الى النوم عبر تعرضهم للضوء خاصة في الصباح الباكر.

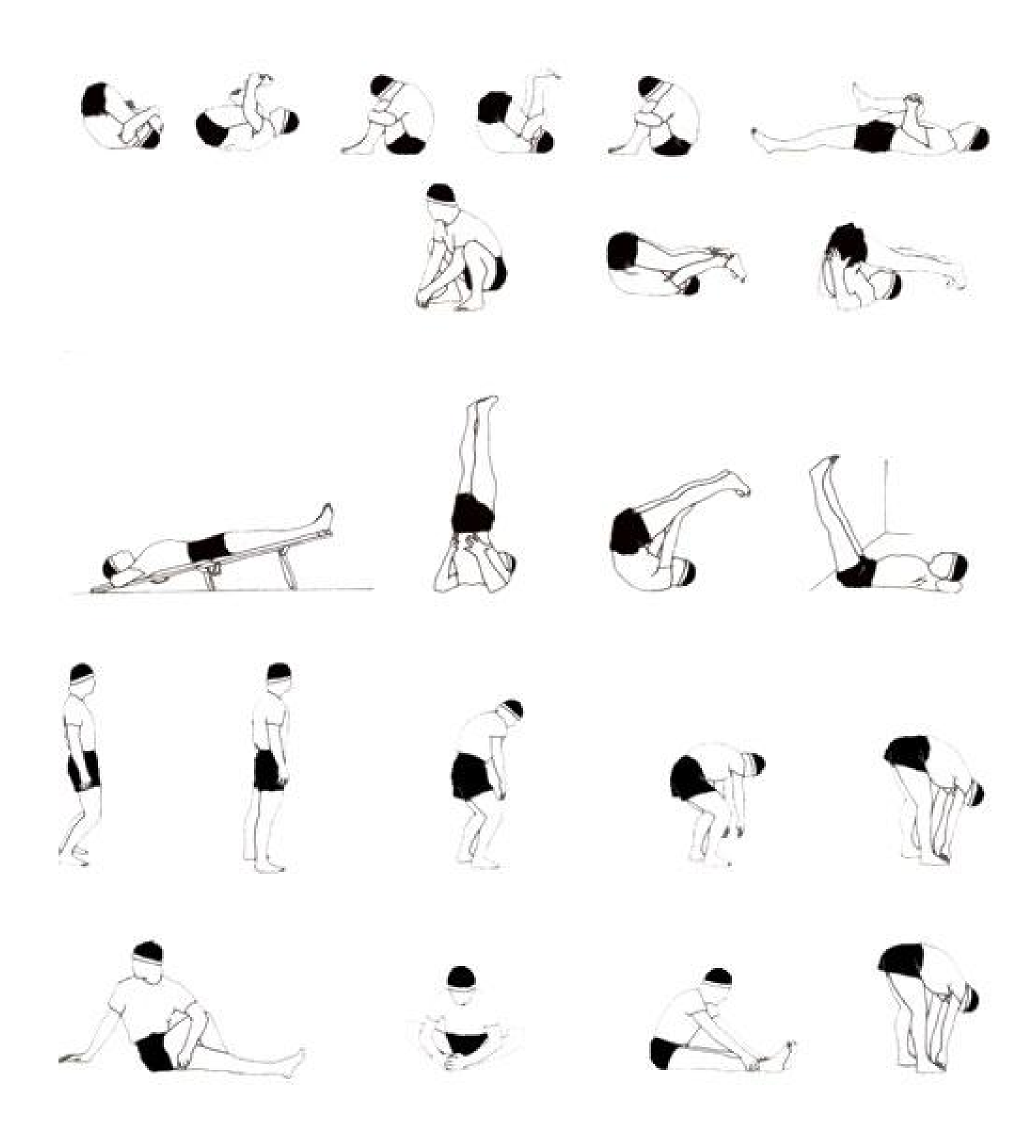
ويستخدم الضوء في العديد من المستشفيات لمعالجة الأطفال حديثي الولادة من ظاهرة مرض اليرقان، إذ يغمر الطفل في ضوء أزرق، فيقوم الضوء بتفتيت المواد السامة المسببة لتلك الحالة والموجودة في مجرى دم الطفل، ويتخلص الجسم منها بالإفرازات الطبيعية.

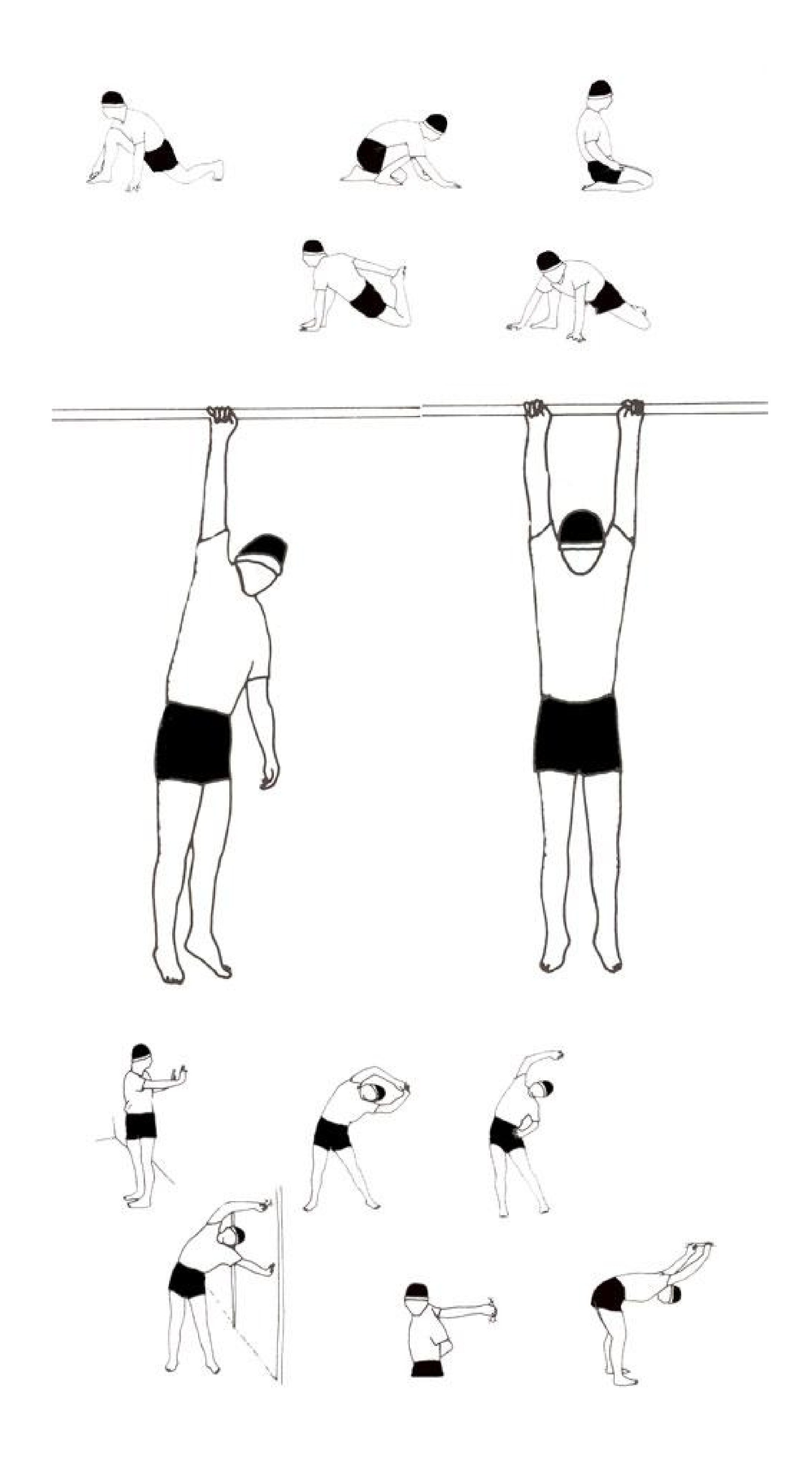
العلاج بالرياضة الطبية (التمارين السويدية).

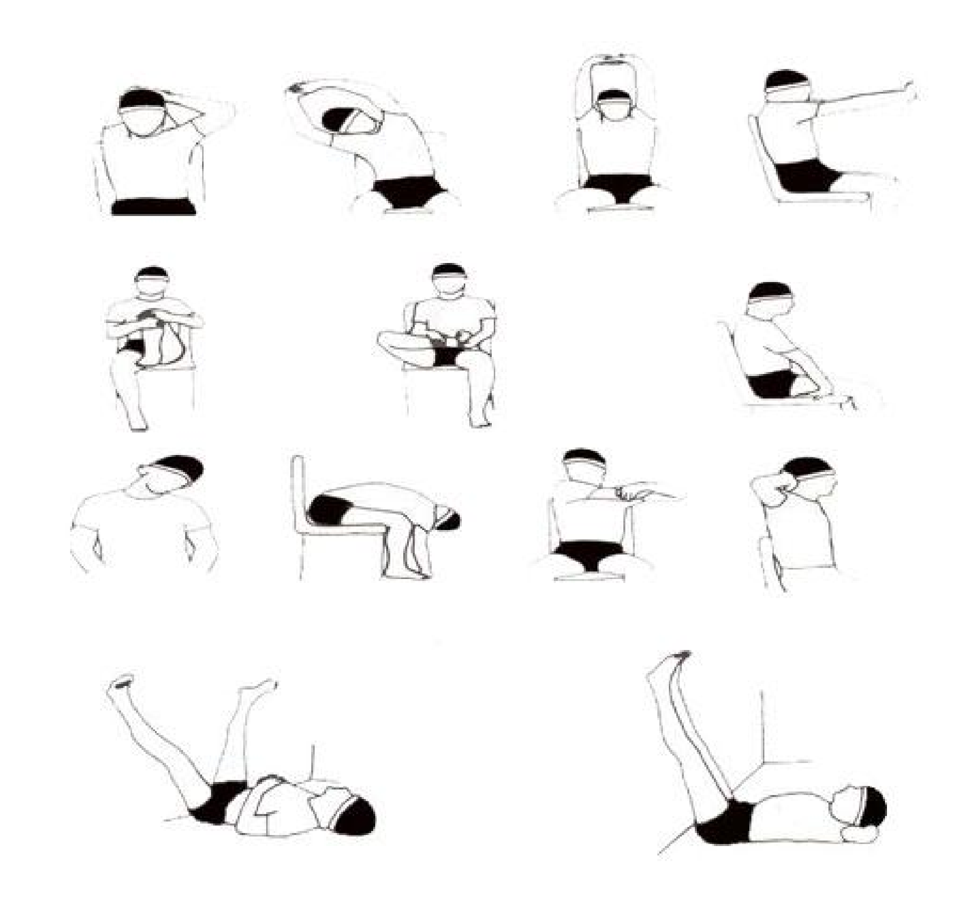
يعرف الطب منذ فترة طويلة مدى تأثير الرياضة الإيجابي على توازن الكوليسترول في الدم وبالتالي على القلب والدورة الدموية والأوعية الدموية.











العلاج بطاقة الدعاء

قال الله عز وجل: {إنّا أنزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ القَدر وما أدْرَاكَ مَا لَيلَةُ القَدر لَيلَةُ القَدرِ خَيرٌ مِن ألفِ شهرٍ تَنزَّلُ الملائِكَةُ والرُّوحُ فيها بإذنِ ربِّهم من كلِّ أمرٍ سلامٌ هيَ حتى مطلع الفجر} [سورة القدر].
وقال رسولِ الله صلى الله عليه وسلم: « تحرَّوا ليلةَ القَدر في الوتر من العَشر الأخير من رَمضان » رواه البخاري.

وعن أبي هريرة رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلّم قال: "من صام رمضان إيماناً واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه، ومن قام ليلة القدر إيمانا واحتسابا غفر له ما تقدم من ذنبه ". وقال رضي الله عنه قال: صلى الله عليه وسلّم : "من قام رمضان إيماناً واحتساباً غفر له ما تقدم من ذنبه " رواهما البخاري ومسلم.
وقد سألتْ عائشةُ رضى الله عنها رسول الله صلى الله عليه وسلم: أرأيت إن علمتُ أيّ لَيلةٍ ليلةُ القدر ما أقول فيها ؟ فقال: « قولي: اللّهمّ إنَّك عفوٌّ تُحبُّ العفو فاعفُ عَني » رواه الترمذي، وقال: حديث حسن صحيح.

فلا يفوتنا الدعاء في هذه الليلة المباركة و(الدعاء هو العبادة) كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم.
ويسعدني أن أنتهز هذه الفرصة لكى أشارك معكم بعرض هذا الفصل من فصول العلاجات الشرعية الغير مادية وهو العلاج بالدعاء من كتاب نصائح طبيب إلى كل مريض وصحيح بعد أن عرضنا عليكم منه فصل العلاج بالصيام.
اللهم تقبل منا ومنكم.

فصل
* الدعاء : الذى فيه : اللجوء ، والتضرع ، والتوسل إلى الله والاستعانة ، والاستغاثة ، والاستعاذة بالله وحده .

(قال الحافظ ابن حجر- رحمه الله تعالى - " فتح البارى " : وفيه أن علاج الأمراض كلها بالدعاء والالتجاء إلى الله أنجع وأنفع من العلاج بالعقاقير ، وأن تأثير ذلك ، وانفعال البدن عنه ، أنفع من تأثير الأدوية البدنية ، ولكن إنما ينجح بأمرين :

أحدهما : من جهة العليل وهو صدق القصد.
والآخر : من جهة المداوي ، وهو قوة توجهه ، وقوة قلبه، بالتقوى والتوكل على الله ، والله أعلم).

*والدعاء :إذا سلم من الموانع - كما ذكر ابن القيم رحمه الله - فهو من أقوى الأسباب ، وليس شئ ـ من الأسباب ـ أنفع من الدعاء ، ولا أبلغ فى دفع المكروه ،

وحصول المطلوب .

قال تعالى : (ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ وَلا تُفْسِدُوا فِي الأَرْضِ بَعْدَ إِصْلاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَةَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِنَ الْمُحْسِنِينَ) الأعراف.

وقال تعالى : (وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِي إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ) البقرة.

وقال سبحانه : (وَإِذَا مَسَّ الإِنْسَانَ ضُرٌّ دَعَا رَبَّهُ مُنِيبًا إِلَيْهِ ...) الزمر.

وقال عز وجل : (أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ ...) النمل

وقال تعالى : (وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ) الشعراء.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم " الدعاء هو العبادة " وقرأ (وقال ربكم ادعوني أستجب لكم إن الذين يستكبرون عن عبادتي سيدخلون جهنم داخرين) × رواه الترمذي وابن ماجة .

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم (لا يرد القدر إلا الدعاء) × رواه الترمذي .

*فالدعاء من أنفع الأدوية ، وخاصة مع الإلحاح فيه وهو عدو البلاء يدافعه ويعالجه ويمنع نزوله أو يخففه
إذا نزل.

وقد لايُستجاب الدعاء ظاهريا بالرغم من الأخذ بأسباب الإستجابة ... وهذا مفهوم سطحى

فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ما من مسلم يدعو بدعوة ليس فيها إثم ولا قطيعة رحم إلا أعطاه الله بها إحدى ثلاث : إما أن تعجل له دعوته ، وإما أن يدخرها له في الآخرة ، وإما أن يصرف عنه من السوء مثلها × قالوا : إذن نكثرقال :Ø الله أكثر × رواه أحمد.

هذا بالإضافة إلى أن الدعاء في حد ذاته عبادة يُثاب فاعلها ، سواء كُشف مابه من بلاء أم لم يُكشف.

*** تحرى أسباب استجابة الدعاء ، وما يُستحب عند الدعاء :

n الإخلاص فى الدعاء بالقلب واللسان.

n العزم والرغبة فيه فلا نعلق المسألة بالمشيئة كقول القائل اللهم اغفر لى إن شئت ، أو الله يشفيك إن شاء الله أو الله يوفقك أو يسترك إن شاء الله ونحو ذلك فقد قال صلى الله عليه وسلم Ø إذا دعا أحدكم فليعزم في الدعاء ، ولا يقولن : اللهم إن شئت فاعطنى فإنه لا مستكره له × رواه البخاري ومسلم

n الإجتهاد فى الدعاء.

قال رسـول الله صلى الله عليه وسـلم Ø أتحبون أن تجتهدوا فى الدعاء ؟ قولوا اللهم أعنا على شـكرك وذكرك وحسـن عبادتك × رواه أحمد.

n إسـتقبال القبلة.

n رفع اليدين إلى السـماء.

n مواصلة الدعاء وتكراره ، وعدم اليأس من رحمة الله.

ففى الصحيح : Ø أن رسـول الله صلى الله عليه وسـلم سـحر فدعا ودعا ... ... × رواه البخاري ومسـلم.

n ومن الدعاء المسـتجاب :

/دعاء المضطر (مثل المريض) .

/ دعاء الصائم ، والمسـافر ، والوالد ، وكذلك دعاء الأم.

/ دعاء المظلوم مطلقا.

(لهذا يجب تجنب ظلم العباد فقد يدعــو الداع وهو ظـالم وغيره يدعــو عليه فيقدَّم دعــاء المظـلوم ويُسـتجاب له فى ظـالمه والمســكين لايشــعر ماهــو السـبب وراء عدم اسـتجابة دعائه).

/ دعاء المؤمن لأخيه بظهر الغيب.

/ الدعاء وقت الرخاء.

n تحرى الرزق الحلال وطيب المأكل والمشرب والملبس وعدم أكل أموال اليتامى ظلما ، وعدم التعامل بالربا. وقد لعن رسـول الله صلى الله عليه وسـلم آكل الربا وموكله وكاتبه وشـاهديه وقال : Ø هم سـواء × رواه مسـلم.

فكل من يتعامل بالربا ، وكل من يعين عليه فإنه آثم لإعانته على الحرام ، قال تعالى :

(وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلا تَعَاوَنُوا عَلَى الإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ).

وكذلك عدم التكسـب من الأعمال المحرمة ، فقد ذكر رسـول الله صلى الله عليه وسـلم

الرجل يطيل السـفر أشعث أغبر يمد يديه إلى السـماء يارب ... يارب ، ومطعمه حرام ، ومشربه حرام ، وملبسـه حرام ، وغذى بالحرام ، فأنى يسـتجاب لذلك × رواه مسـلم.

n كذلك الأخذ بأسباب النجاح ، بالعمل والاجتهاد مع الدعاء.

n وافتتاح الدعاء وختامه بالحمد لله والثناء عليه وتمجيده بما هو أهل له ، كأن نقول (الحمد لله رب العالمين الرحمن الرحيم مالك يوم الدين) ، وأن نصلى ونسلم على رسول الله صلى الله عليه وسلم

***تحرى آداب الدعاء : فبالإضافة إلى ما تقدم فإنه يُستحب :
- الوضوء.
- الصلاة.
- التوسل إلىالله بفضله وسابق رحمته.
- تقديم عمل صالح لوجه الله.
-تخير الداعى إسما من أسماء الله الحسنى يوافق مسألته فيدعو به.

قال تعالى : (وَلِلَّهِ الأَسْمَاءُ الْحُسْنَى فَادْعُوهُ بِهَا وَذَرُوا الَّذِينَ يُلْحِدُونَ فِي أَسْمَائِهِ سَيُجْزَوْنَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ)الأعراف.

فمثلا إذا كان يدعو بالمغفرة فيقول ياغفور ، وإذا كان يدعو بالرزق فيقول يارزاق ، وإذا كان يدعو بالستر فيقول ياستير ، وغير ذلك من أسماء الله الحسنى.

- والدعاء بالأدعيه المأثورة عن النبى r ، والواردة فى الكتاب والسنة (ويجوز الزيادة على الوارد من الدعاء بضوابطه) .

- خفض الصوت والإعتراف بالذنب.
- التأدب والتذلل والخشوع والمسكنة.
- الإلحاح فى الدعاء.
- عدم الدعاء على النفس والأولاد والخدم والمال.

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم لا تدعوا على أنفسكم ولا تدعوا على أولادكم ولا تدعوا على خدمكم ولا تدعوا على أموالكم ، لا توافقوا من الله تبارك وتعالى ساعة يسأل فيها عطاء فيستجيب لكم × رواه مسلم.

- وعدم الدعاء باللعن.
- ولا ندعو بإثم ولا قطيعة رحم.
- ولا بأمر قد فرغ منه وقضى الله فيه أمرا كان مفعولا.
- ولا بمستحيل.
- ولانستعجل الإجابه .

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (لايزال يستجاب للعبد مالم يدع بإثم أوقطيعة رحم مالم يستعجل × قيل يارسول الله ما الإستعجال ؟ قالOslash&; يقول قد دعوت وقد دعوت فلم أر يستجيب لى فيستحسر عند ذلك ويدع الدعاء × رواه مسلم.

- ونسأل حاجتنا كلها مهما كانت كبيرة أو صغيرة.
- والتأمين على من يدعو.

- وعدم تحجير الدعاء ، فقد أنكر النبى صلى الله عليه وسلم على الإعرابى الذى

دعا فقال : اللهم ارحمنى ومحمدا ولا ترحم معنا أحدا وقال له :Oslash&; لقد حجرت واسعا × رواه البخاري.

لكون هذا الإعرابى قد بخل برحمة الله الواسعة على خلقه وقد قال الله تعالى ... وَاسْتَغْفِرْ لِذَنْبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ ...) (محمد.)

وقد يستجيب الله الدعاء بدون أى شروط أو مقدمات فلله الأمر من قبل ومن بعد. وقد يكون فى إجابة العبد وهو مقيم على معاصى الله استدراج من الله سبحانه وتعالىله نعوذ بالله من استدراجه

**** تحرى أوقات الإستجابة المفضلة مثل :

@ الثلث الأخير من الليل (وقت السحر) - فلا ننسى قيام الليل والتهجد فى هذا الوقت-
ففي الحديث القدسى قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ينزل ربنا تبارك وتعالى كل ليلة إلى السماء الدنيا حين يبقى ثلث اليل الآخر ، ويقول : من يدعونى فأستجب له من يسألنى فأعطيه من يستغفرنى فأغفر له × رواه البخاري ومسلم.

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم (إن من الليل ساعة لا يوافقها عبد مسلم يسأل الله خيرا إلا أعطاه إياه × رواه مسلم.

@ أثناء السجود : قال :رسول الله صلى الله عليه وسلم (أقرب مايكون العبد من ربه وهو ساجد ؛ فأكثروا الدعاء × رواه مسلم.
@ بين الآذان والإقامة : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (الدعوة لاتُرد بين الآذان والإقامة × رواه أبو داوود وأحمد.
@ فى الصف فى سبيل الله : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (ساعتان لاتُرد على داع دعوته حين تقام الصلاة وفى الصف فى سبيل الله × رواه ابن حبان (موارد
@ يوم الجمعة (آخر ساعة بعد العصر) : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (يوم الجمعة ثنتا عشرة - يريد ساعة - لا يوجد مسلم يسأل الله عز وجل شيئا إلا أتاه الله عز وجل فالتمسوها آخر ساعة بعد العصر) × رواه أبو داوودوالنسائي. (وهذا أقرب الأقوال في تحديدها ومع ذلك فينبغي أن يجتهد الشخص في الدعاء يوم الجمعة عموماً).
@ الصائم حتى يفطر
@ ليلة القدر : " إلتماسها فى الوتر من ليالى العشرالأواخرمن رمضان".
@ فى السفر . @ دبر كل صلاة .
@ وقت الاضطرار (ومنه وقت المرض) : قال تعالى : (أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ ... (النمل.

@ وكذلك يُستحب الدعاء :

يوم عرفة وخاصة بعرفات ، وعند المشعر الحرام ، وبعد رمي الجمرة الصغرى ، وبعد رمي الجمرة الوسطى ، في أيام التشريق الثلاثة ، كما يُستحب الدعاء أثناء الطواف وعلى الصفا والمروة ، بل وفي الكعبة أيضاُ ، وكذلك الدعاء في مكة.

والمؤمن يدعو ربه دائماً وأينما كان ولكن هذه الأوقات والأحوال والأماكن تحظى بمزيد عناية

**** تحرى المقدمات والأدعية التى يُستجاب بها الدعاء بإذن الله :

(بعد الحمد لله ، والصلاة والسلام على رسول الله)

الدعاء باسم الله الأعظم :

فقد سمع النبى صلى الله عليه وسلم رجل يدعو وهو يقول : (اللهم إنى أسألك بأنى أشهد أنك أنت الله لاإله إلا أنت الأحد الصمد الذى لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفوا أحد) فقال r : Ø والذي نفسي بيده لقد سأل الله باسمه الأعظم الذي إذا دُعى به أجاب ، وإذا سُئل به أعطى × رواه الترمذي من حديث بريده.

دعاء الليل المستجاب :

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم (من تعارمن الليل فقال حين يستيقظ : (لا إله إلا الله وحده لاشريك له له الملك وله الحمد وهو على كل شئ قدير الحمد لله وسبحان الله ولا إله إلا الله والله أكبر ولا حول ولا قوة إلا بالله) ثم قال : اللهم إغفر لى ، أودعا استجيب له فان قام فتوضأ ثم صلى قُبلت صلاته × رواه البخاري.

دعاء ذي النون (نبى الله يونس عليه السلام) وهو في بطن الحوت :

(لا إله إلا أنت سبحانك إنى كنت من الظالمين).

قال : رسول الله صلى الله عليه وسلم دعوة ذي النون إذ دعا وهو في بطن الحوت لا إله إلا أنت سبحانك إني كنت من الظالمين فإنه لم يدع بها رجل مسلم في شيء قط إلا استجاب الله له × رواه الترمذي وأحمد.

**** الإكثار من الدعاء والتضرع والتوسل والإستغاثة والإستعاذة بالله - مع الأسترشاد - بهذه الأدعيه الوارده فى القرآن والسنة الصحيحة :

***أد عية من القرآن الكريم :

C) ... أَنِّي مَسَّنِي الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ (الأنبياء.
C) ... رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي وَاحْلُلْ عُقْدَةً مِنْ لِسَانِي يَفْقَهُوا قَوْلِي (طه.
C) رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّاحِمِينَ (المؤمنون.
C) ... رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ (البقرة. (أكثر دعاء النبي صلى الله عليه وسلم).
C) ... رَبِّ إِنِّي لِمَا أَنزَلْتَ إِلَيَّ مِنْ خَيْرٍ فَقِيرٌ (القصص.
C) ... وَارْزُقْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ (المائدة.
C) ... رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا (الفرقان.
C) ... رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ (آل عمران
C) رَبِّ هَبْ لِي مِنْ الصَّالِحِينَ (الصافات.
C) رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ

وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ
الْحِسَابُ (إبراهيم.
C) رَبَّنَا وَاجْعَلْنَا مُسْلِمَيْنِ لَكَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِنَا أُمَّةً مُسْلِمَةً لَكَ وَأَرِنَا مَنَاسِكَنَا وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ (البقرة.
C) رَبِّ لا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ (الأنبياء.
C) ... رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا (طه.
C) رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا
رَشَدًا (الكهف.
C) ربَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (آل عمران.
C) أَنِّي مَغْلُوبٌ فَانْتَصِرْ (القمر.
C) رَبِّ انصُرْنِي عَلَى الْقَوْمِ الْمُفْسِدِينَ (العنكبوت.
C) ... رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَثَبِّتْ أَقْدَامَنَا وَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (البقرة.
C) ربَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَتَوَفَّنَا مُسْلِمِينَ (الأعراف.
C) ... رَبِّ نَجِّنِي مِنْ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ (القصص.
C) حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ (آل عمران.
C) ... حَسْبِي اللَّهُ لا إِلَهَ إِلا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ (التوبة.
C) ربَّنَا لا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلا تُحَمِّلْنَا مَا لا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (البقرة.
C) ... ربَّنَا اصْرِفْ عَنَّا عَذَابَ جَهَنَّمَ إِنَّ عَذَابَهَا كَانَ
غَرَامًا (الفرقان.
C) ... ربَّنَا إِنَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ
النَّارِ (آل عمران.
C) ربَّنَا آمَنَّا بِمَا أَنْزَلْتَ وَاتَّبَعْنَا الرَّسُولَ فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ (آل عمران.
C) ربَّنَا إِنَّنَا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الأَبْرَارِ رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَى رُسُلِكَ وَلا تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لا تُخْلِفُ الْمِيعَادَ (آل عمران.
C) ... ربَّنَا آمَنَّا فَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ
الرَّاحِمِينَ (المؤمنون.
C) ... ربَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالإِيمَانِ وَلا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَءُوفٌ رَحِيمٌ (الحشر.
C) ربَّنَا لا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ (آل عمران.
C) ... رَبِّ أَدْخِلْنِي مُدْخَلَ صِدْقٍ وَأَخْرِجْنِي مُخْرَجَ صِدْقٍ وَاجْعَلْ لِي مِنْ لَدُنْكَ سُلْطَانًا نَصِيرًا (الإسراء.
C) رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ وَاجْعَلْ لِي لِسَانَ صِدْقٍ فِي الآخِرِينَ وَاجْعَلْنِي مِنْ وَرَثَةِ جَنَّةِ النَّعِيمِ (الشعراء.
C) وَلا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ يَوْمَ لا يَنْفَعُ مَالٌ وَلا بَنُونَ إِلا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ (الشعراء.
C) رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ (النمل.
C) ... رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنْ الْمُسْلِمِينَ (الأحقاف.
C) رَبَّنَا عَلَيْكَ تَوَكَّلْنَا وَإِلَيْكَ أَنَبْنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ رَبَّنَا لا تَجْعَلْنَا فِتْنَةً لِلَّذِينَ كَفَرُوا وَاغْفِرْ لَنَا رَبَّنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ (الممتحنة .

C) وَأُفَوِّضُ أَمْرِي إِلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ (غافر.
C) رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ رَبَّنَا وَاجْعَلْنَا مُسْلِمَيْنِ لَكَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِنَا أُمَّةً مُسْلِمَةً لَكَ وَأَرِنَا مَنَاسِكَنَا وَتُبْ عَلَيْنَا إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ (البقرة.

*****ومن د عاء النبي صلى الله عليه وسلم :

C لا إله إلا الله العظيم الحليم لا إله إلا الله رب العرش العظيم لا إله إلا الله رب السموات ورب الأرض ورب العرش الكريم. (دعاء الكرب) .(البخاري ومسلم).
C اللهم أعني على ذكرك وشكرك وحسن عبادتك.(يقوله من يحب الاجتهاد في الدعاء كما أخبرالنبى صلى الله عليه وسلم ") (أبي داوود والنسائي).
C اللهم أنت ربي ، لا إله إلا أنت ، خلقتني وأنا عبدك وأنا على عهدك ووعدك مااستطعت ، أعوذ بك من شر ما صنعت أبوء لك بنعمتك على وأبوء لك بذنبي فاغفر لي فإنه لا يغفر الذنوب إلاأنت. (دعاء سيد الاستغفار) (البخاري).
C اللهم اغفر لى خطيئتي وجهلي وإسرافي في أمري وما أنت أعلم به مني ، اللهم اغفر لى جدي وهزلي وخطئي وعمدي وكل ذلك عندي ، اللهم اغفر لى ما قدمت وما أخرت وما أسررت وما أعلنت وما أنت أعلم به منى ، أنت المقدم وأنت المؤخر وأنت على كل شيء قدير. (البخاري ومسلم).
C اللهم أنت الملك لا إله إلا أنت ، أنت ربي وأنا عبدك ظلمت نفسي واعترفت بذنبي فاغفر لي ذنوبي جميعا إنه لا يغفر الذنوب إلا أنت ، واهدني لأحسن الأخلاق لا يهدي لأحسنها إلا أنت واصرف عني سيئها لا يصرف عني سيئها إلا أنت. (الترمذي).
C اللهم إنك عفو تحب العفو فاعفو عني . (ابن ماجه).
C اللهم اغفر لي وارحمني وعافني وارزقني . (مسلم).
C يامُقَلِّب القلوب ثبت قلبي على دينك . (الترمذي وأحمد).
C اللهم مُصَرِّف القلوب صرِّف قلوبنا على طاعتك. (مسلم).
C اللهم أنت ربي وأنا عبدك ظلمت نفسي واعترفت بذنبي ، يارب فاغفر لي ذنبي ، إنك أنت ربي ، إنه لايغفر الذنب إلا أنت. (أوفق الدعاء كما أخبرالنبى صلى الله عليه وسلم). (أحمد).
C اللهم إني ظلمت نفسي ظلماً كثيراً ولايغفر الذنوب إلا أنت فاغفر لي مغفرة من عندك وارحمني إنك أنت الغفور الرحيم. (البخاري ومسلم).
C اللهم ربنا لك الحمد أنت قيم السماوات والأرض ولك الحمد أنت رب السماوات والأرض ومن فيهن ، ولك الحمد أنت نور السماوات والأرض ومن فيهن ، أنت الحق وقولك حق ، ووعدك الحق ولقاؤك حق والجنة حق والنار حق والساعة حق ، اللهم لك أسلمت ، وبك آمنت وعليك توكلت وإليك خاصمت ، وبك حاكمت ، فاغفر لي ماقدمت وما أخرت وما أسررت وماأعلنت ، وما أنت أعلم به مني لاإله إلا أنت . (البخاري ومسلم).
C اللهم رب الناس أذهب البأس ، أشف وأنت الشافى لا شفاء إلا شفاؤك ، شفاءً لا يغادر سقمًا . (البخاري).
C اللهم آتنا في الدنيا حسنة ، وفي الآخرة حسنة وقنا عذاب النار. (البخاري ومسلم).
C اللهم إنى أسألك من الخير كله عاجله وآجله ماعلمت منه ومالم أعلم وأعوذ بك من الشر كله عاجله وآجله ماعلمت منه ومالم أعلم . (ابن ماجه).
C اللهم إنى أسألك الهدى والتقى والعفاف والغنى. (مسلم).
C ياحى ياقيوم برحمتك أستغيث اصلح لى شأني كله ولا تكلني إلى نفسي طرفة عين . (أبو داوود).
C اللهم رحمتك أرجو فلا تكلني إلى نفسي طرفة عين واصلح لى شأني كله

لاإله إلا أنت . (أبو داوود وأحمد).
C اللهم إنى أعوذ بك من شر ماعملت ، وشر مالم أعمل. (مسلم).
C اللهم إني عبدك وابن عبدك ، وابن أمتك ناصيتي بيدك ، ماض في حكمك ، عدل فى قضاؤك أسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك ، أو أنزلته فى كتابك ، أو علمته أحدا من خلقك أو استأثرت به فى علم الغيب عندك ، أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري وجلاء حزني وذهاب همي. (من أصابه هم أو حزن فدعا بهذا الدعاء إلا أذهب الله همه وحزنه وأبدله مكانه فرجا كما أخبرنا بذك رسول الله صلى الله عليه وسلم) (أحمد).
C اللهم إنى أعوذ بك من الهم و الحزن والعجز والكسل والجبن والبخل وضلع الدين وغلبة الرجال. (البخاري).
C اللهم إني أعوذ بك من البخل وأعوذ بك من الجبن وأعوذ بك أن أرد إلى أرذل العمر ، وأعوذ بك من فتنة الدنيا يعني فتنة الدجال ، وأعوذ بك من عذاب القبر. (البخاري).
C اللهم إني أعوذ بك من جهد البلاء ، ودرك الشقاء وسوء القضاء ، وشماتة الأعداء . (البخاري ومسلم).
C اللهم لك أسلمت وبك آمنت وعليك توكلت وإليك أنبت وبك خاصمت ، اللهم إني أعوذ بعزتك لاإله إلا أنت أن تضلني أنت الحىالذى لايموت والجن والإنس يموتون. (البخاري ومسلم).
C اللهم أعوذ برضاك من سخطك وبمعافاتك من عقوبتك وأعوذ بك منك لا أحصى ثناءً عليك أنت كما أثنيت على نفسك. (مسلم).
C اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل ، والجبن والهرم ، وأعوذ بك من عذاب القبر ، وأعوذ بك من فتنة المحيا والممات. (البخاري ومسلم).
C اللهم إني أعوذ بك من العجز والكسل والجبن والبخل والهرم وعذاب القبر ، اللهم آت نفسى تقواها ، وزكها أنت خير من زكاها ، أنت وليها ومولاها ، اللهم إني أعوذ بك من علم لاينفع ومن قلب لايخشع ، ومن نفس لاتشبع ومن دعوة لايستجاب لها. (مسلم).
C اللهم إني أعوذ بك من الكسل والهرم ، والمأثم والمغرم ، ومن فتنة القبر ، وعذاب القبر ، ومن فتنة النار وعذاب النار ، ومن شر فتنة الغنى ، وأعوذ بك من فتنة الفقر ، وأعوذ بك من فتنة المسيح الدجال ، اللهم اغسل عنى خطاياى بالماء والثلج والبرد ، ونق قلبي من الخطايا كما ينقى الثوب الأبيض من الدنس ، وباعد بيني وبين خطاياى كما باعدت بين المشرق والمغرب. (البخاري ومسلم).
C اللهم إني أعوذ بك من التردي والهدم ، والغرق والحريق وأعوذ بك أن يتخبطني الشيطان عند الموت وأعوذ بك أن أموت فى سبيلك مدبرا وأعوذ بك أن أموت لديغا.(النسائي وأبو داوود).
C اللهم إني أعوذ بك من الفقر والقلة والذلة ، وأعوذ بك من أن أظلم أو أظلم. (أبو داوود وابن ماجة).
C اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك وتحول عافيتك وفجاءة نقمتك وجميع سخطك . (مسلم).
C اللهم إني أعوذ بك من شر سمعي ، ومن شر بصري ومن شر لساني ، ومن شر قلبي ، ومن شر منيتي (أو منيي) . (أبو داوود والترمذي والنسائي).
C اللهم بعلمك الغيب وقدرتك على الخلق أحيني ماعلمت الحياة خيرا لى ، وتوفني إذا علمت الوفاة خيرا لي اللهم إني أسألك خشيتك فى الغيب والشهادة ، وأسألك كلمة الحق فى الرضا والغضب ، وأسألك القصد فى الغنى والفقر وأسألك نعيما لا ينفد وأسألك قرة عين لا تنقطع ، وأسألك الرضا بعد القضاء ، وأسألك برد العيش بعد الموت وأسألك لذة النظر إلى وجهك والشوق إلى لقائك فى غير ضراء مضرة ولا فتنة مضلة ، اللهم زينا بزينة الإيمان واجعلنا هداة مهتدين

. (النسائي وأحمد).
C اللهم اصلح لى ديني الذى هو عصمة أمري ، واصلح لى دنياى التى فيها معاشي ، واصلح لى آخرتي التى فيها معادي ، واجعل الحياة زيادة لي فى كل خير، واجعل الموت راحة لى من كل شر. (مسلم).
C اللهم اجعل في قلبي نورا ، وفي بصري نورا ، وفي سمعي نورا ، وفي عصبي نورا ، وفي لحمي نورا ، وفي دمي نورا وفي شعري نورا ، وفي بشري نورا ، وعن يميني نورا ، وعن يساري نورا ، وفوقي نورا ، وتحتي نورا وأمامي نورا ، وخلفي نورا . (البخاري ومسلم).
C اللهم إنى أسألك العفو والعافية فى الدنيا والآخرة اللهم إنى أسألك العفو والعافية فى ديني ودنياى وأهلي ومالي ، اللهم استرعوراتي وآمن روعاتي واحفظني من بين يدي ومن خلفي وعن يميني وعن شمالي ومن فوقي وأعوذ بك أن أغتال من تحتي. (أبو داوود وابن ماجة).
C اللهم اهدني فيمن هديت ، وعافني فيمن عافيت وتولني فيمن توليت ، وبارك لي فيما أعطيت ، وقني واصرف عني برحمتك شر ما قضيت ، إنك تقضي ولايقضى عليك إنه لايذل من واليت ولايعز من عاديت ، تباركت ربنا وتعاليت. (الترمذي والنسائي وأبو داوود).
C اللهم رب السماوات ورب الأرض ورب العرش العظيم ربنا ورب كل شيء فالق الحب والنوى ومنزل التوراة والإنجيل والفرقان أعوذ بك من شر كل شيء أنت آخذ بناصيته اللهم أنت الأول فليس قبلك شيء وأنت الآخر فليس بعدك شيء وأنت الظاهر فليس فوقك شيء وأنت الباطن فليس دونك شيء اقض عنا الدين وأغننا من الفقر. (مسلم).
C اللهم اهدني وسددني واذكر بالهدى هدايتك الطريق والسداد سداد السهم. (مسلم).
اللهم تقبل منا دعاءنا ، واجعلنا من الصابرين التوابين ، الأوابين المُتطهرين ، واجعلنا من عبادك المُخلَصين المُتقين المُحسنين.
يامن لايُخيب راجيه ، ويامن لايُرد داعييه.

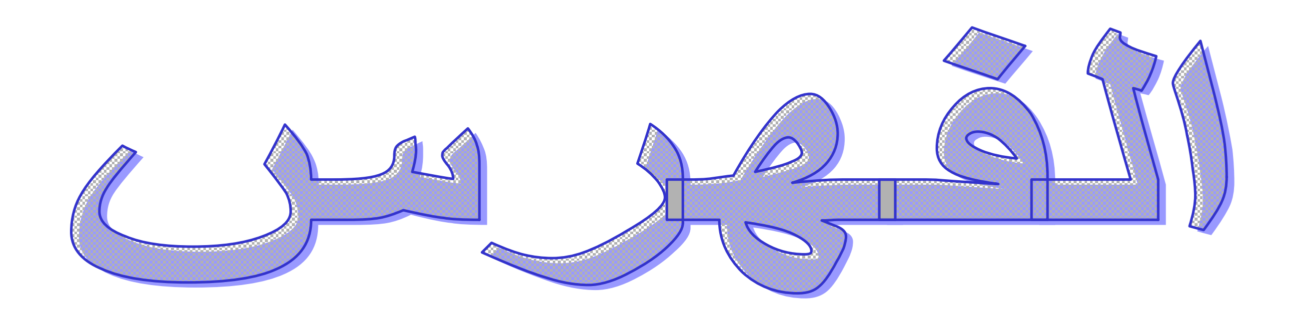
العلاج بالمنعكسات - التدليك الارتكاسي (الريفلكسولوجي).

الريفلكسولوجي فن أو علم يعتمد على استغلال نقاط الضغط والاستجابة المتمركزة في القدمين، أي النقاط التي تتوافق مع أعضاء وغدد الجسم وأطرافه الأخرى فترسل له إشارات واضحة لتهدئه وتخفف من درجة الإرهاق فيه. ويعتبره الخبراء علاجا لا يساعد على إراحة القدمين حسب، وانما أيضا على تخفيف الاجهاد والتوتر في مختلف أطراف الجسم الأخرى، علاوة على كونه يساعد على التغلب على بعض الأمراض على المدى البعيد بالتنبيه لها. وقد يبدو غريبا أن يكون التركيز على القدمين لمعالجة اجزاء أخرى من الجسم، لكن بالتجربة وحدها يمكن توضيح مدى هذا التأثير الشامل على الجسم.

الطريقة: يتم تطبيق هذا العلاج، بالجلوس أو التمدد على طريقة التدليك الاعتيادي، مع ضرورة ارتداء ملابس مريحة. بعض المتخصصين يبدأون العلاج بحمام دافئ تنقع فيه القدمان بمياه معطرة بزيوت خاصة، بينما يفضل البعض الآخر البدء بتدليك خفيف للرقبة أو الوجه والأكتاف، قبل التحول إلى القدمين. وبغض النظر عن الطرق التي يفضلها ويتبعها المتخصصون، فإن الأهم هو الاسترخاء التام للاستمتاع بمزاياها .الفوائد: الريفلكسولوجي أكثر من تدليل وأقل من علاج. عندما يقوم به متخصص ماهر، فإنه يستطيع أن يخبرك عن الأعضاء الضعيفة في جسمك أو الحساسة التي يمكن ان تسبب لك بعض المشاكل حاضرا أو مستقبلا. وفي الوقت الذي لا يمكن لأي متخصص، مهما وصلت درجة مهارته من «تشخيص» اية حالة كما يفعل الطبيب، فان الطريقة تنجح في غالب الأحيان ان تعرف ما اذا كان هناك توتر أو ضعف في أجزاء اخرى من الجسم، وطبعا فإن العمل على تلك المناطق من شأنه ان يساعد على تخفيف الاجهاد الجسدي المرتبط بها. وحسب رأي الخبراء والمجربات، على حد سواء، فإنها طريقة مفيدة جدا في التخفيف من آلام ما قبل الدورة الشهرية عبر تخفيف التوتر المرتبط بالتشنجات الناتجة عنها.
أكثر المستفيدين: كل من يريد أن يدلل نفسه وجسمه ويخفف من آثار الإجهاد والإرهاق، رجلا كان أو امرأة. لكن تبقى النساء أكثر المستفيدات لأنها طريقة رائعة لكل من تعاني من أعراض ما قبل الدورة الشهرية أو الاضطرابات المرافقة لها، وكل من ترتدي أحذية بعكوب عالية بشكل يومي، وما يصاحبه من آلام في القدمين، أو فقط من تعاني من ضعف في الدورة الدموية، أو تمشي أو تركض في معظم الأحيان بسبب مسؤولياتها الكثيرة وتريد بعض الوقت لنفسها .والأهم انه بإمكان اي واحد منا القيام بها في أوقات فراغه، أو ما بين ساعات العمل، لأنها لا تحتاج إلى ملابس خاصة أو جهد.

السلبيات:بعض الأشخاص لا يحبون ان يلمس أحد أقدامهم، لأسباب عدة. إذا كنت واحدا من هؤلاء، فهذه الطريقة ليست لك. أما إذا كان السبب هو شعورك بالدغدغة، فلا داعي للقلق، لأنك لن تشعر بها، فخبراء هذا الفن يؤكدون أن سرعة التأثر بالدغدغة عند ملامسة القدمين ما هو إلا علامة من علامات التوتر، وبالتالي فان تدليك القدمين بهذه الطريقة أحسن طريقة للاسترخاء والتغلب على هذا الإحساس. لكن هذا العلاج ممنوع منعا باتا على الحوامل.


الإعجاز العلمي في القرآن و السنة



(سَنُرِيهِمْ آيَاتِنَا فِي الآفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ) سورة فصلت، الآية 53

عندما تخرج البُيَيْضة من المبيض، يلتقطها هُدْبٌ كبير ويدفعها نحو بداية أنبوب فالوب، وتكون لها خاصية تسمى: بمُولدات التصاق مُوْجِبَـة، تتمتع بخصائص كيمائيَّة وكهربائية، ويُوجد عند بعض الحيوانات المنوية مُولدات التصاق سَالبَـة، وعند سعي الحيوانات المنوية للقاء البُيَيْضة، لا ينجح في اختراقها، وتخصيبها إلاَّ الحيوان الذي يتمتع بتلك الخاصية، وتكون صفاته الكيمائيَّة والكهربائية متوافقة مع البُيَيْضَـة، حتى لا يحدث تنافر فيرتد الحيوان المنوي على عقبيه، وهذه الخاصيَّة ليست مُتوفِّرة لدى جميع الحيوانات المنوية، مِمَا يجعل فرصة الإخصاب للبُيَيْضة مُتاحة فقط لطائفة مُعَيَّنة من تلك الحيوانات المنويَّة.

وقد أدهشت هذه الحقيقة جميع العُلماء بأجهزتهم المُتطوِّرة، فوقفوا أمام دقة الخالق، يجهلون الإجابة عن كثير من الأسئلة، التي توضِّح كيفيَّة عمل كل تلك الأجهزة الدقيقة بالجسم، فسبحان الخالق الذي أعطى كُلَّ شيءٍ خَلقه ثُمَّ هَدَى.

نحن إذن أمام ست حالات تفرضُ نفسَهَا على نوع الجنين وصفاته وأخلاقه، وهي كالآتي:

1- أن يسبق ماء الرَّجل، ويكون أكثر، فيحصل له الذُّكُورة والشَّبه.
2- أن يسبق ماء المَرأة، ويكون أكثر، فيحصل له الأنُوثة والشَّبه.
3- أن يسبق ماء الرَّجل، ويكون ماء المرأة أكثر، فتحصل الذكُورَة، والشَّبه للمرأة.
4- أن يسبق ماء المَرأة، ويكون ماء الرَّجل أكثر، فتحصل الأنوثة، والشَّبه للرَّجُل.
5- أن يسبق ماء الرَّجُل، ويستويان، فيُذكِّر، ولا يختص بشبه.
6- أن يسبق ماء المَرأة، ويستويان، فيُؤنِّث، ولا يختص بشبه.

النتيجة التي أشارت لها الأحاديث أنَّ الصفات الوراثية "**الجينات**"، هِيَ التي تورِّثُ: الشَّبه، والنَّوْع، والأخلاق، ويَحكُمها علم الخالق، ومَشيئته، وحِكمته، وإرادته في خلقه.

وعلى الرَّغم من كل تلك المعطيات السَّابقة، فلا يستطيع العلم أن يجزم باستخدام **الهندسة الوراثية،** لتوريث صفات بعينها للجنين، الذي تأتي صِفاته نتيجة: خلط، وتفاعل، وتفنيد مُورِّثات الأب والأم معًا.

فالآباء والأمهات، يُورِّثون الصِّفات المُشتركة للأبنَاء، على حسب مشيئة الخالق سبحانه، وليست إرادة حفنة من المُجَـرِّبين في معامل **الهندسة الوراثيَّة** المختلفة، ومن هنا قامت صيحات عالية من شتى دول العالم المختلفة تحرِّم وتجرِّم أيضا استنساخ الإنسان، لأنَّ عِـلم العُـلمَاء مَحدود، وعلم الله تعالى كُـلِّي غير محدود، فهناك ما يُسمَّى **بالتوازن الطبيعي في الكون**، الذي ينهار بتدخُّل الإنسان لتعديل النِّسب والمواصفات التي تحدِّدُه وفق هواه، وليست حسب مشيئة الخالق العليم، الذي جلَّت حِكْمَته عندما غلَّبَ نِسبْة مواليد الإنَاث على الذُّكُور بواقع خمسة بالمائة تقريبا.

فالرَّجُل الذي يعيش حياته دائم الاستعداد للإنجاب، يحتاج لاستمرار الذرِّيَة إلى أكثر من امرأة، في بعض الحالات النَّادرة التي تكون فيها المرأة عقيمة، أو بلغت سِن اليأس، وانقطع عمل المبايض لديها، مِمَا يَجعل نسبة الخمسة بالمائة تكفي لهذا الغرض.

والمولى عَزَّ وجَلَّ جَعَلَ التوازن في الكون من أسباب بقائه، والفرق بين يوم القيامة والزمن العادي، أنَّه في يوم القيامة يفقد الملكوت توازنه فيفني نفسه تلقائيًا.

ولذلك نجد أنَّ أفعال الله تعالى هي: قضاء، وقدر.

أمَّا **القضاء**، فهو: الحكم الكُلِّي الإجمالي في الأزل.

وأما **القدر**، فهو: جُزئيات ذلك الحكم وتفاصيله.

بمعني أن كل ما في ملكوت الخالق، داخلٌ ضمن إطار مشيئته، ويقع تحت قهره وسُلطانه، فإذا أراد أن يَهِبَ أحدًا من الناس ولدًا، هيأ الأسباب لذلك، حتى تقع بالنسبة للمخلوقات في دائرة الأسباب، ولكن في الحقيقة أنَّ الولد صار مخلوقًا؛ لأن الله أراد ذلك، فقهرَ الأسبابَ وفقًا لمشيئته، ولذلك فهو القاهر فوق عِباده.

واستمع لقوله تعالى:

{**لِلَّهِ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالأرْضِ يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنَاثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذُّكُورَ * أَوْ يُزَوِّجُهُمْ ذُكْرَانًا وَإِنَاثًا وَيَجْعَلُ مَنْ يَشَاءُ عَقِيمًا إِنَّهُ عَلِيمٌ قَدِيرٌ**}(سورة الشُّورى، الآيتان 49،50).

ورد في الصحيح، عن عبد الله بن مسعود أنه قال: حدَّثنا رسول الله f وهو الصَّادقُ المَصدُوق، فقال:

"**إنَّ أحدكم يُجْمَعُ خَلقه فِي بَطنِ أمِّهِ أربعِينَ يومًا، ثُمَّ يَكُونُ عَلقَة مِثلَ ذلِكَ، ثُمَّ يكُونُ مُضْغَة مثلَ ذلِكَ، ثُمَّ يَبْعَثُ اللَّهُ مَلكاً فيُؤمَرُ بِأربَع كَلِمَاتٍ، ويُقالُ لَهُ اكتُبْ عَمَلهُ ورِزقهُ وأجَلهُ وشقِيٌّ هُوَ أوْ سَعِيدٌ، ثُمَّ يَنفُخُ فِيهِ الرُّوح**"(صحيح البخاري، حديث رقم: 2969).

عند خَلقِ **آدم** u أن تلك العَملية قد مرَّت بثلاثة عناصر وهي:

1- خَلقُ عقل **آدم** u ضمن عقول جميع أبنائه دَفعَة واحِدَة.

2- خَلقُ جسد **آدم** u مِن أدِيم الأرض.

3- أمْرٌ صَدَرَ مِنَ الخَالق سُبحَانه لذلك العقل لكي يدخل الجسد المُسجَّى ليكون آدم.

أما نفخ الرُّوح في **أولاد آدم،** فلا يخرج مَسَاره عن هذه العناصر الثلاثة، وإن اختلفت الآراء في كيفية ذلك وموعده، ومعلُومٌ بالضرورة أنَّ هناك رُوحًا تُنْفخُ في جسد الجنين، الجاري تكوينه في بطن الأم، بناءً على الآتي:

1- من الآيات القرآنيَّة التي صرَّحت بنفخ الرُّوح في الجنين ومنها قول اللهِ تعالى: {**وَالَّتِي أحْصَنَتْ فَرْجَهَا فَنَفَخْنَا فِيهَا مِنْ رُوحِنَا**}(سورة الأنبياء، من الآية 91).

{**وَمَرْيَمَ ابْنَتَ عِمْرَانَ الَّتِي أحْصَنَتْ فَرْجَهَا فَنَفَخْنَا فِيهِ مِنْ رُوحِنَا**}(سورة التحريم، من الآية 12).

وسواء كانت النفخة في الدرع أم في غيره، فإنَّها بلغت "موضع الحمل" بنص القرآن الكريم.

2- من الأحاديث الصَّحِيحَة التي صَرَّحت بذلك، والتي بلغت حد التواتر، ونصَّت على نفخ الرُّوح في الجنين عند 120 يومٍ، بعد جمعه في بطن أمِّه أربعين يومًا نطفة، ومِثلها علقة، ومِثلها مُضغة، ما ورد في كتب الصحاح ورواه البخاري، ومسلم، والترمذي، وأبو داود، وأحمد.

3- من أقوال الفقهاء وأهل التفاسير: أنَّ عِدَّة المُتوفي عنها زوجها أربعة أشهر وعشرا، تعني استبراء الرَّحِم من أي حمْل، وهي آخِر مُدَّة حَدَّدتها الأحاديث الأخرى لنفخ الرُّوح.

4- شهادة الأطباء أنَّ رَكضَة الجَنين في بَطن أمِه لا تكونُ إلا بعد تمام الشهر الرَّابع، وهو مَوعِد نَفخ الرُّوح فيه.
يتبيَّن لنا أنَّ عملية نفخ الرُّوح تتم عند تمام الأشهر الأربعة للحمل بواسطة المَلكِ المُوكَّل بالأرحَام، هي عمليَّة تجميع لأجزاء **نفس الإنسان** بمشيئة الله، تمَاثِلُ تمَامًا عَمَلِيَّة تركيب جسد **آدم** u عند بدء الخلق.

{**وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا**}(سورة الشمس، الآية 7)

مراحل تسوية النفس، تتم كالآتي:
1- خلق الله تعالى عقول آدم u وجميع أبنائه دفعة واحدة، في المَرحلة الأولى من الخلق.
2- خلق جسد آدم u من ترابٍ، ثمَّ من طين لازبٍ، ثمَّ من حَمَأٍ مَسْنُون، ثمَّ من صلصال كالفخار، مَرَاحل مُتتابعة ومُتداخِلة، وغير منفصلة.
3- أمَّا جَسد الأبناء فمن نُطفةٍ، ثمَّ من عَلقةٍ، ثمَّ من مُضغةٍ تكامل تخليقها على مراحل، ثمَّ من عِظامٍ كسَاهَا لحْمًا، مَرَاحل مُتتابعة ومُتداخِلة، وغير منفصلة.
4- بعد زمن مُعَيَّن من خلقِ الجَسَد، نَفَخَ الله تعالى رُوح آدم u وذلك بأمر العَقل أن يدخل في الجَسد المُسَجَّى المُتكامِلُ في خلقه، بكلمة: كُنْ آدم، والقائلُ هو الله تعالى.
5- وأيضا بعد زمنٍ مِقداره أربعة أشهر مِن بدء الحَمْل، نَفَخَ المَلكُ المُوَكَّلُ بالأرْحَام الرُّوحَ في أحدِ الأبناء، وذلك بأمر العَقل أنْ يدخل في الجَسد الذي تكامَلَ خلقه في ظُلمَاتٍ ثلاث: البطن، والرَّحِم، والمَشيمَة، بمشيئة الله تعالى: كُن فُلان "أحد أبناء آدم"، والقائل هو: المَلك الذي ينفخ الأرواح بأمْر الله تعالى.
6- خَلْقُ جَسَدْ آدم u تَمَّ بيدِ الله تعالى "من غير رَحِم"؛ لأنَّه مُعْجزة الإيجاد والخلق من العَدَم.
7- وخَلقُ الأبناء تمَّ بهدَايةِ اللهِ لِمَراحِلِ الخَلق داخل الرَّحِم؛ لأنَّ تِلكَ هِي مشيئة الله في تتابع خَلقهِ، وتتِمُ بيد المَلك المُوكَّل بالأرحام، وذلكَ تنفيذا لإرادة الله جَلَّ فِي عُلاه.
8- أشار الخالق بعد تِعداد أطوار الجَنين، إلى تمام خَلق النفس، بقوله تعالى: {ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللهُ أحْسَنُ الْخَالِقِينَ}(سورة المؤمنون، الآية 14).
فبعد نفخ الرُّوح بآخر مَرحلة، أصبح الجنينُ إنسانًا سَويًا، وهو الإنشاء الآخرِ الذي اكتمل؛ لكي تخرج النفس البشرية إلى الحياة الدُّنيا من بطن الأم، فتعيش مراحل متعاقبة؛ تكتسب فيها: عِلمها، وعملها، وفجورها، وتقواها، مطمئنة في ذلك، أو لوامة، أو أمَّارة بالسُّوء، على حسب ما اختارت، وقضت ذلك الاختيار.
إذ أنَّ كُل العمليات السابقة التي تمت في خلق ذلك الجنين، إنَّمَا تمت بالهداية الفطريَّة، والرِّعَّاية الإلهيَّة للمخلوق الكائن الجديد.

كيف ينمو الجنين قبل نفخ الرُّوح

خَرَجَ علينا بَعْضُ العلمانيين أنصار الهندسة الوراثيَّة، وأعلنوا أنَّ الجنين ينمو داخل الرَّحِم نموًا ذاتيًا، استنادًا إلى مجموعة أحماض أمينيَّة مسئولة عن العمليَّة كلها، دون أن يكون هُناك نفخٌ لأي رُوح، بل ذهبوا إلى أنَّ حياة الإنسان تبدأ بمجرَّد تخصيب البُيَيْضة، وأنَّ هناك مَعامل وأجهزة تعمل "**ذاتِيًا**" في تكوين انقسامات الخليَّة، وتستمر في عَملها "**ذاتِيًا**" إلى أن يكتمِل نُمُو الجنين، وأنَّه ليس هُناك "نفخٌ للرُّوح" من أي نوع !!!.

فإنَّ الذين قالوا: "**نُمُوًّا ذاتِيًا**"، قد أنكَرُوا تمامًا نفخ الرُّوح، وقد مَاثلوا قول الذين سبقوهم: بأنَّ الكوْن نشأ "**ذاتِيًا**" بنظريَّة: "**النشوء والارتقاء**"، التي تقول: إنَّ الإنسانَ أصله قِرد، والتي صاغها داروين اليهودي وروَّجت لها الماسونيَّة، بهدف تمييع العقائد وهَدم الأديان السَّماويَّة كُلها، فتنبَّه لها العالم المُتمَدِّن ومَنَعَ تدريسَهَا في جامعاته ومدارسه.

والحقيقة التي بين أيدينا وأثبتها العُلماء بالدراسات الحديثة، تقر بحقيقة: أنَّ **الله تعالى يوم خلق آدم** u، **وضع فيه الشفرة الوراثيَّة للخلق إلى يوم القيامة**.

أما تطور مراحل الخلق فإن الخالق سُبحانه عندما بدأ الخلق أعطى كل شيء من خلقه هداية خاصة به، تكفي حاجته؛ لكي يَسلك سَبيله في الحَياة، مُسَبِّحٌ بحمد مَولاه، وهذه الهدايَة تعددت أنواعها حسب حاجة كل مخلوق، فهي تبدأ بالمُسْتوى الأدنى ثمَّ تتدرج كما يأتي:

1ـ **الهداية الفطريَّة**: التي أعطاها لكل المخلوقات منذ بدء الخلق، وهي التي تندرج تحت قوله تعالى:

{**قَالَ رَبُّنَا الذِي أعْطى كُلَّ شَيءٍ خَلْقَهُ ثُمَّ هَدَى**}(سورة طه، الآية50).

ولقد سجَّلنَا عَجائِب قدرة الله في خلقه، عندما شاهدنا الحَيوان المنوي وهو يسبح في اتجاه البُيَيْضة بدون علم سابق، أو معرفة بدروب الطريق الذي يسلكه، أمَّا البُيَيْضة فهي تُرسل إشارات كيميائيَّة وكهربائية تدعوه إليها، وهو يرد عليها بإشارات مُمَاثلة.

ومِثال آخر: عند وجود فيروس يُهاجم الجسم، تستنفر كُريات الدَّم البيض، وتبعث إشارات تحذيريَّة إلى جميع أجزاء الجسم عَبْر الدَّم، فنجد أنَّ فيروس الجمرة الحمراء مثلا، يلتقط تلك الإشارات التحذيريَّة السَّابحة في الدَّم، ويُرسل بدلاً منها إشارات: كُله تمام والأمْن مُستقِر!!!، فمن الذي هداه لهذا؟ إلا خالق حكيم؟؟؟.

2- **هِـدايَة الحَواس**: تكون لجميع المخلوقات فتحصل على المَعرفة عن طريقها، وتبني خطَّتها في الحياة على ضوء المَعرفة التي حَصلت عليها عن طريق تلك الحواس، ويظهرُ ذلك جليًّا، من قوله تعالى:{**وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنْ اتَّخِذِي مِنْ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنْ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ**}(سورة النحل، الآية 68)، وأيضا قوله:{ **يَاأَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسَاكِنَكُمْ لاَ يَحْطِمَنَّكُمْ سُلَيْمَانُ وَجُنُودُهُ وَهُمْ لاَ يَشْعُرُونَ**}(سورة النَّمْل، من الآية 18).

واستمع إلى الهُدْهُد الذي عَرَف أكثر مما يعرف الملك النبي سُلَيْمَان u:

{**فَقَالَ أَحَطتُ بِمَا لَمْ تُحِطْ بِهِ وَجِئْتُكَ مِنْ سَبَإٍ بِنَبَإٍ يَقِينٍ**}(سورة النمل، من الآية 22).

واكتشف العُلماء أنَّ حواس كثيرٍ من المَخلوقات تتفوق على حواس الإنسان، في السمع، والبصر، والشـَّم، والأمثلة كثيرة جدًا.

3- **هِدَايَة العَقل**:

تعريف العَقـل: وهُوَ طائع بالفطرة لله تعَالى، وهُوَ جوهر وليس مادة، وهُو القوَّة المهيأة عند الإنسان لقبول العلم، وهو طاقة تدرك بها الرُّوح الموجودات، وجنوده في ذلك الحواس والبدن وأعضاء الجسم وهو موطن البصيرة وإدراك الرُّوح.

ومُهمَّـتة هي: الاختيار بين البدائل وتصحِيح خطأ الحواس.

مَكانه: في الصَّدر **كطاقة، وليس كمَـادة**، كما بين القرآن الكريم ذلك.

الآيات الدَّالة عليه في القرآن الكريم: هي كُل الآيات التي وَرَدَ فيها ذِكْرُ **القلب**، إذ أنَّه الجزء العاقل في الإنسان مجَـازًا، وَهُو الذي ينزلُ به ملك الأرحام، ويَتِمُّ نفخه عند تمام 120 يوم، **وَهُو القائد للكيان الكُلِّي للإنسان**.

4-**هِدَاية الـرُّسُل**: هِي النُّور الذي يألفه **القلب،** فينساق إليه، ويعرف أنَّ فيه نجاته وإليه مَلاذه، والهُـدَى الذي يختاره بفطرته السليمة، قوله تعالى:

{**إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ**}(سورة ق، الآية 37).

بعث اللهُ الرُّسُلَ بالكُتُبِ السَّمَاويَّةِ نُورًا للقلوبِ التي تعْرفه؛ ليُذَكِّرهَا بالعَهْدِ والميثاق الأوَّل، في قوله تعالى:

{**وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّى نَبْعَثَ رَسُولاَ**}(سورة الإسراء، من الآية 15).

فلمَّا عَرَفتْ النُّور، أيقنت أنَّه مُرسَلٌ من رَبٍّ عَظيمٍ، بيده مقاليد الأمور، وإليه تَـرْجَعُ القلوب، فأوْكَلت إليهِ كُل أمُورهَا بتسليم تام، وبذلك تصِلُ **القلوبُ** إلى الهداية الخامسة.

وأمَّا ما وردَ في الصَّحيح، عَنْ النُّعْمَانَ بْنَ بَشِيرٍ أنَّ رَسُولَ اللهِ f، قالَ:

"**أَلاَ وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلاَ وَهِيَ الْقَلْبُ**". (رواه البخاريُّ، في كتاب: الإيمان، برقم: 50)

فالحديثُ هنا عن الجسد، وعَنْ مَادة فيه قدر المُضغة، وعن **القلب العضلة** الذي يضخ الدَّم، الذي إنْ صلح، صلح الجسد كله بشهادة النبي f، وهو الصادق المصدوق، والتي أقرها الأطباء.

5- **هِـدَاية اللَّه**: التي يكفي أن نُشير إليهَا هُنا بقوله تعالى:

{**رَبَّنَا لاَ تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ**}(سورة آل عمران، الآية 8).



(**وَقَدِّمُوا لأنفُسِكُمْ**)

الجنس في المنهاج الصحيح هو: وسيلة الإنسان لتواصل الأجيال، ومن حكمة الخالق أن صانه بالعفاف، وحفظه من العبث، وشرع له الأطر التي تحكمه وتحفظه وترعاه كحرم مصون، وأذاق من أخرجه عن إطاره القويم ويلات أشد الأمراض التي عرفها الإنسان فتكًا، ومنها: الإيدز، الهربس، السيلان، والزهري.
ولذلك بدأ وختم حقيقة الخلق بتقوى الله، في قوله تعالى:
{**يَاأَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا**} (سورة النساء، الآية 1).

وخرجت الدراسات الحديثة جدًا تؤكد أن ممارسة الجنس بين الزوجين قد حفظها الخالق بسياج من الخصوصية الرائعة التي يستحيل وجوده في غير الإطار الشرعي، ومثال ذلك قوله تعالى:
{**نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لأنفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلاَقُوهُ وَبَشِّرْ الْمُؤْمِنِينَ**} (سورة البقرة، الآية 223).
والحرث في موضع البذر- في الوقت الذي يحلو لكم- أما قوله:
{**وَقَدِّمُوا لأنفُسِكُمْ**} فمقصود به: المُداعبة والكلمة التي يُحب كلا الزوجين أن يسمعها كمقدمة لذلك اللقاء، وثبت علميًا أن ذلك التقديم ينشأ عنه الآتي:

1- تنشيط إفراز هرمون الغدة التناسلية الذكرية "**التيستوستيرون**" Testosterone، الذي تقوم الخصيتان بإفرازه، فتزيد نسبته في الدم، فيعمل على تنشيط الجهاز العصبي الذي يزيد من تدفق الدم إلى العضو التناسلي للزوج.
2- تنشيط إفراز سائل مهبلي يعمل كمطهر للرحم، والذي تفرزه غدة بارثولين Bartholin’s Gland التي تقع على جانبي المهبل، حيث تفرز مادة مخاطية تساعد أثناء الجماع على إتمام اللقاء وتعمل كأجسام مضادة لاستقبال الحوينات المنوية Sperms للزوج في بيئة صحية لائقة لبداية عملية خلق إنسان جديد.
3- يحتوي ذلك السائل على غذاء منشط لتلك الحوينات يساعدها على اجتياز الرحلة التي سوف تقوم بها نحو البييضة لإتمام عملية التلقيح.
4- يحتوي أيضًا على أجسام مضادة لغير حوينات الزوج المنوية، فيُكَوِّن بصمة خاصة بالزوج فقط، يفرزها الرحم عند كل لقاء، ولذلك فإن الخروج عن الإطار الشرعي يفقد الرحم تلك الخاصية، فيصبح نهبًا لمختلف الأمراض التي تسيء للذكر والأنثى على حدٍ سواء.

الإخصاب عند الرجال

في المعدل العادي يفرز الرجل عند اللقاء الجنسي ما بين 2 – 6 سم^3 من الحيامن المنوية، أي ما يساوي من 100 – 300 مليون حيمن منوي، ويتراوح العدد الطبيعي ما بين 65 – 85 مليون حيمن منوي / سم^3، وهي النسبة المثالية التي يتم فيها تلقيح البييضة بحيمن منوي واحد من ذلك الكم الهائل، الذي يقطع المسافة إلى البييضة عبر قناة فالوب في زمن قدره حوالي 20 دقيقة، فيهلك منها عدد كبير في الطريق الذي يقدر بحوالي 1000 كيلومتر إذا ما تم تكبير الحيمن المنوي بحجم الإنسان، وتظل تلك النسبة تتضاءل حتى يبلغ إفراز الرجل ما بين 15 – 17 مليون حيمن منوي، وأقل من ذلك يُصبح الرجلَ غير قادر على تخصيب البييضة.

الضعف الجنسي عند الرجال

يرى بعض المختصين أن نسبة 85% من حالات الاضطراب الجنسي ترجع إلى أسباب عاطفية أو مشكلات نفسية متأصلة، ويرى البعض الآخر أن تحديد هذه الأسباب بالأرقام والنسب متعذر بعض الشيء؛ لأن العواطف يمكن أن تلعب دور هام خصوصًا إذا عرفنا أن انخفاض نسبة هرمون "التيستوستيرون" في الدم يؤدي إلى الإعياء والكآبة والتوتر وقلة النوم، وكلها تؤدي إلى "الضعف الجنسي"، الذي غالبًا ما يحدث لأحد أو بعض الأسباب التالية:

1- **أسباب بالجهاز العصبي المركزي** مثل: إصابات العمود الفقري، مرض الزهري، مرض السل بالعمود الفقري، سرطان العمود الفقري.

2- **أسباب بالجهاز التناسلي** مثل: عدم وجود الخصيتين منذ الولادة، ويجب ملاحظة بأن وجود 25% من إحدى الخصيتين في حالة سليمة قد تكون كافية لإنتاج العدد الكافي من الحوينات المنوية والهرمونات الذكرية.

3- **أسباب بكيس الخصية** مثل: تضخم الكيس بسبب تجمع السوائل أو الدم كما هو الحال بالقيلمائية، وبعض الأمراض الجنسية أو الإصابات.

4- **الأمراض التي تصيب الخصيتين قبل البلوغ** مثل: مرض النكاف، ومرض الزهري أو حدوث تليف بهما.

5- **أسباب بالغدد** مثل: مرض السكري المزمن.

6- **زيادة الوزن** التي تؤدي الشعور بالتعب عند بذل أي مجهود.

7- **أسباب بمجرى البول** مثل إصابات وتليف وأحيانًا ضيق مجرى البول، وجود فتحة مجرى البول جانبية أو خلفية.

8- **أسباب بالعضو الذكري** (الأمراض الخلقية بالعضو) مثل: تضخم بالعضو في بعض حالات مرض الزهري والمرض الحبيبي اللمفاوي التناسلي.

9- **أسباب مؤقتة نتيجة عوامل طارئة**: الحميات مثل: الملاريا، التيفوئيد، مرض الإنفلونزا، أو الإجهاد البدني أو النفسي أو الجنسي، سرعة الإنزال، احتقان أو التهابات البروستاتا المزمنة، أمراض البواسير والنواسير الشرجية.

10- **عوامل نفسية** مثل: نقص الرغبة الجنسية، الشذوذ الجنسي.

11- **أسباب أخرى للضعف الجنسي** مثل: المشروبات الكحولية، المخدرات، الإسراف في التدخين، العقاقير الطبية مثل: المهدئات، وطابور طويل من أنواع أخرى تحتوي على مركبات تسبب تسمم الحوينات المنوية وموتها.

12- مرض فقر الدم الشديد، والإسراف باستعمال العادة السرية.

13- **الشيخوخة** التي تؤدي إلى ضعف إفراز هرمون "**التيستوستيرون**".
14- **السهر وقلة النوم** يؤدي إلى ضعف إنتاج هرمون "الميلاتونين" من الغدة الصنوبرية، الذي يؤثر على إنتاج بروتين آخر يسمى "الجلوبيولين"، فيخفض بدوره مستوى "التيستوستيرون" في الدم، بحسب ما توصل له الباحث البلجيكي دكتور "أليكس فرمويلن" وقدمه في مؤتمر طبي.
15- تعرض الخصيتين للحرارة الزائدة نتيجة الملابس الضيقة يسبب ضعف الحوينات المنوية.
16- التعرض للأشعة المنبعثة من الحاسوب النقال يسبب العقم.
17- التعرض للمجالات الكهربائية ذات الجهد العالي يسبب العقم والسرطان.
18- أخطاء ومضاعفات جراحات البروستاتا والعمود الفقري.
19- إصابات الحوض.

العاطفية الحمية

لا شك أن تواصل الحب ورغبة كلا الزوجين في الآخر هو من أهم الحميات التي تجعل من الزوجين في سعادة متجددة لا تفتر إلاَّ بفتور ذلك الحب وانطفاء جذوته، وهو ما يحتاج إلى تعلم فن الحياة، ولذلك ورد في الحديث الذي ورد في الصحيح، عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللهِ رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا أَنَّهُ كَانَ مَعَ النَّبِيِّ e فَرَأَى أَكُفَّهُ وَهِيَ مُخضبة بالحِنَّاءِ فَقَالَ له النبيُّ e: "**تَزَوَّجْتَ؟، قال: نَعَمْ، قَالَ: بِكْرًا أَمْ ثَيِّبًا؟، فقال: بَلْ ثَيِّبًا، قَالَ: أَفَلاَ جَارِيَةً تُلاَعِبُهَا وَتُلاَعِبُكَ؟، فقال: إِنَّ لِي أَخَوَاتٍ فَأَحْبَبْتُ أَنْ أَتَزَوَّجَ امْرَأَةً تَجْمَعُهُنَّ وَتَمْشُطُهُنَّ وَتَقُومُ عَلَيْهِنَّ، قَالَ: أَمَّا إِنَّكَ قَادِمٌ فَإِذَا قَدِمْتَ فَالْكَيْسَ الْكَيْسَ**"(صحيح البخاري، حديث رقم: 1955، مسلم، برقم: 2663، الترمذي، برقم: 1019).

فَالْكَيْسَ الْكَيْسَ: وهو الحث على الإنجاب وطلب الولد.

والذي ورد في الحديث الشريف أن المداعبة والملاطفة لا تكون إلا عن استحسان وود، وهو ما لا يحدث إلا عن ميل كلا من الزوج والزوجة لبعضهما، ولعل أحدث الدراسات في العالم الآن هي التي أظهرت نتائجها أن قوة الجنس لا تأتي تحت تأثير "الفياجرا" وغيرها من المنشطات والمنبهات - التي ثبت أخيرا أنها من مسببات السرطان - ولكن تكمن في مراكز معينة بالمخ، تتأثر بولع المحب لمحبوبته ودرجة ميله إليها، فعند حدوث الإثارة أو الرغبة الجنسية عند الرجل تقوم الخصية بإفراز هرمون "التيستوستيرون" الذي ينتشر في الدم، ويصل إلى المراكز العصبية، فتصل إلى المركز الرئيسي في المخ، فيرسل بدوره إشارات سريعة إلى الأعصاب التناسلية فتتدفق الدماء إلى الأعضاء التناسلية، وتفيد الأبحاث في مجال الأعصاب الحيوية أن الشهوة والسرور ترتبطان بزيادة في المادة الموجودة في المخ التي تعرف باسم: الوسيط العصبي بطابعه المنشط وهو الرابط بالهرمون الجنسي Sex Hormone Binding Globulin (SHBG)، ولذلك فإن الحب يعتبر من أرقى المشاعر في الوجود؛ لأنه يسمو بالإنسان إلى درجات عالية من الرقي الروحي الذي ينعكس على أداء الإنسان في حياته فيجعله مثالي إلى أقصى الدرجات.

تَجربَة الاقترَاب مِنَ المَوْت (N.D.E)

لاشك أن "**تجربة الاقتراب من الموت**" بجوانبها كافة تعتبر من الغيبيات التي لا تحكمها قواعد معينة، أو ضوابط محددة، أو ترقب حدوثها الأجهزة المخبرية على اختلاف أنواعها، فالعلماء والأطباء أنفسهم قد اختلفوا في تعريف الموت كما رأينا ذلك من قبل، فكيف يتفقون على ما يحيط به، أو ما يجري خلاله، وليس أمامنا سوى شهادات غير مضبوطة بقواعد مُحدَّدة، يَرويها الذين عاشوا التجربة، ثم عادوا ليخبرونا عن مشاهد تتفق أو تختلف من واحد إلى آخر.

ولكن حديث الكثيرين ممن خاضوا التجربة يجعلنا لا نشك في صدقهم عندما يخبرونا عن أشياء بعينها حدثت أثناء مَوتهم سريرياً، مثال: الرَّجل الذي أدخلوه إلى المستشفى فاقداً للوعي، وبعد أسبوع عندما أثمرت الإسعافات التي أجروها له عن نبض قلبه، قال للمُمَرض: "أنت من كنت حاضراً عندما أدخلتُ إلى المستشفى"، وأكثر من ذلك وصف غرفة العناية المركزة التي لم يشاهدها قط، وكيف خلعوا طاقم أسنانه وأين وضعوه؟، جرى ذلك الوصف لأحداث عاشها المَريض أثناء توقف قلبه وتنفسه ودورته الدموية، أي أثناء موته سريرياً.

العقل والدِّمَــاغ

ونجد أن أغلب نتائج الدراسات والأبحاث الغربية قد نسبت ما يحدث إلى العقل أو الدماغ ولم تتعدَّ ذلك، مما يجعل تفسيرهم لما يجري داخل التجربة قاصراً في تقديم البرهان على صدق تلك النتائج، بل إنَّ بعض نتائج الأبحاث التي خرجت بها الدكتورة "سوزان بلاك مور" قد أكدت أن التجربة من اختراع الدماغ نتيجة العمليات الكيميائية التي تجري فيه أثناء عملية الاحتضار.

وهذا يجعلنا نتساءل: كيف يخترع الدماغ قصصاً جرت له في عالم الغيب بينما توقف نشاطه كليا وزال عنه كل عمل قابل للقياس، وتسطحت موجاته فنراها على جهاز تخطيط الدماغ الكهربائي (E.E.G) مجرد خطوط، ودخل صاحب التجربة إلى عالم الأموات بمفهوم العلماء؟.

ونخلص إلى أن الدكتورة "بلاك مور" ومن قال مثل قولها من علماء الغرب لم يضعوا أيديهم على تفسيرات مقبولة لما يحدث أثناء "**تجربة الاقتراب من الموت**".

الرُّوح هي أساس تجربة N. D. E

نعرف كما ذكرت عند وصف الموت في الفصل الثاني من الباب الأول أنَّ عملية الموت هي انفصال الرُّوح عن الجسد، وعبور الرُّوح إلى عالم آخر مختلف، وهذا ببساطة شديدة هو التفسير المنطقي الذي نعول عليه التجربة برمتها.

ماذا يحدث أول لحظة في تجربة N. D. E؟

من المعلوم لدينا أن الرُّوح تغادر الجسد في الحالات الآتية:

1- عند ارتفاع درجة الحرارة عن المعدل، واستمرارها لفترة طويلة.
2- عند الغيبوبة، سواء كانت نتيجة المخدرات، أو نتيجة توقف القلب، أو أحد أعضاء الجسم الهامة كالرئتين مثلاً.
3- عند الصدمة العنيفة التي تؤدي إلى فقدان توازن الجسم، وتأثير ذلك على عمل أجهزته.
4- عند النوم.
5- عند الموت.

ففي الحالات الأربع الأولى تغادر الرُّوح الجسد بصورة جزئية، ويبقى لها تعلق به عن طريق الحبل الفضي الممتد الطول، وعندما تتوقف حواس الجسد نتيجة الموت السريري تنشط حواس الرُّوح وتعمل تلقائياً، ومن المعلوم أن حواس الرُّوح أرقى بكثير جداً من حواس الجسد.

فمثلاً: حاسة الإبصار في الجسم تقابلها حاسة البصيرة في الرُّوح، ففي الوقت الذي تحد البصر حدود الزمان والمكان والمسافة، فإنَّ بصيرة الرُّوح لا تحدها حدود ولا تقف أمامها المسافات، فإن الرُّوح يمكنها أن تر المسافات البعيدة، والمخلوقات غير الأرضية كالأرواح والملائكة، والجن، كما يمكنها أن تر من خلف الحواجز والجدر بيسر وسهولة.

ومثال آخر: حركة الجسم محكومة بعوامل منها: القدرة، والوسيلة التي ينتقل بها، والزمان الذي ينتقل فيه، والمكان الذي لا يستطيع تخطيه إلى مكان آخر، أمَّا حركة الرُّوح فتكون بلا زمن (لأنَّ الرُّوح تعبر إلى عالم الحقيقة، وهو عالم بلا زمن)، ففي لحظة يمكن للرُّوح عبور النفق المظلم والوصول إلى الجانب الآخر النوراني.. إلى مشارف العالم الأبدي الحقيقي، فتجد كل شيء هناك على فطرته التي فطر الله تعالى عليها مخلوقاته، فتنهل من التجربة ما قدر لها، وتختزن كل ذلك في ذاكرتها التي تختلف كليا عن ذاكرة المخ أو الدماغ، من حيث أنها لا تنسى، ولا تختلط عليها الأمور.

وحيث وصلت الرُّوح إلى تلك النقطة، ونهلت من علومها ما شاء الله لها وقدَّر، فإنها تعود مرة أخرى مفعمة بالتجربة، متأثرة بالمواقف التي مرت بها، مهتزة الكيان من هول الغفلة التي عاشتها من قبل ولم تعمل فيها خيراً، فتبكي أو تتأثر وتستقيم على عمل الطيبات.

ويخشى صاحب التجربة أن يحكي تلك المشاهد لسببين هامين: أولهما أنها ستقابل بعدم التصديق، وثانيهما: أنَّ مفردات الكلام لن تستطيع الإحاطة بوصف يعبر ولو جزئيا عن تلك المشاهد والأحداث التي مرت بها الرُّوح.

عَـودة الرُّوح من عالم الحقـيقة

لا شك أننا نواجه إيجاد تفاسير وحلول لمواقف صعبة وأسئلة كثيرة، مثل:

1- أين الملائكة بيض الوجوه التي أخبر عنهم القرآن الكريم والأحاديث الشريفة، الذين ينزلون لقبض الأرواح؟.

2- أين الحنوط والأكفان التي تلف فيها الرُّوح؟.

3- أين البرزخ، وكيف سُمحَ للرُّوح بالعودة منه بعد دخوله؟.

أسئلة كثيرة تحتاج إلى إجابات مقنعة موثـقة بالدليل المقبول عقلاً.

والإجابة هي:

عندما خلق الله تعالى الإنسان، خلق **الرُّوح** أولاً وأخذ عليها العهد والميثاق، وهو قوله تعالى:

{**وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ**} (سورة الأعراف، الآية رقم 172).

ثمَّ رَكَّبَ **خلق** الإنسان من **جسد** ترابي **ورُوح** علوية؛ ليُصبح نفساً بشرية، وأوجَده في الحَياة الدنيا عندما أتى زمن اختباره، وجعل له أجلاً معلوماً، لا يزيد ولا ينقص، وذكَّره بالعهد والميثاق، وأرسل له الرُّسل بالمُعجزات والكتاب المُبين.

المَــوْتُ السَّــريري

المَوت السَّـريري نوعان:

أمَّا الأول: فهو الذي تنزل فيه الملائكة ومعهم الحنوط والأكفان، ويتم فيه ما أخبرنا عنه القرآن الكريم، والأحاديث الشريفة، وهو انتهاء عمر الإنسان في الحياة الدنيا وبداية مرحلة جديدة في الدار الآخرة.

وأمَّا الثاني: فلا يكون عُمر الإنسان في الحياة الدنيا قد انتهى بعد، ويكون زمن امتحانه لا يزالُ مستمراً، ولذلك فإنَّ الملائكة وما يصاحبهم من حنوط وأكفان وما أُخْبرنا بِه يكون محجوباً في عالم الحقيقة، ولذلك أيضاً تتجول الرُّوح في عالم الحقيقة تجَولاً حُراً يُشبه الذي يَحدث أثناء النوم تماماً، في الوقت الذي تجري فيه محاولات الإسعافات الطبية للجسد، والتي قد تثمر فترتد إليه الرُّوح مرة أخرى، كما ترتد إلى جسد النائم بعد تجولها الحر، ومشاهدها المبهرة جداً في عالم الحقيقة، وانظر إلى تصوير القرآن الكريم لحال بصيرة الروح عندما ترى النور الحقيقي، الذي لا شك هو سلام مطلق، في قوله تعالى:

{**فَإِذَا بَرِقَ الْبَصَرُ**} (سورة القيامة، الآية رقم 7).

أي: لمع البَصر من شدَّة شخوصه فتراه لا يَطرف، قال مجاهد وغيره: يكون ذلك عند الموت، فترى البَصر قد تَحير ولم يطرِف.

وقالت العرب للإنسان المَبهُوت: قد بَرِقَ.

وكما نعرف أن جسد الإنسان في تلك الحالة يكون مَيتاً سَريرياً، ممَّا يدعونا إلى التسليم بأن الذي يلمع من شدة شخوصه ولا يطرف هو: بصيرة الرُّوح التي ترى عجباً بالنسبة لمشاهدها السابقة في الحياة الدنيا.

هكذا تتوالى الإجابات عن كل الأسئلة التي تتوارد على الذهن، حول مراحل **تجربة الاقتراب من الموت** N. D. E.

عمليات "التجميد" خارج القوانين المُتعارف عليها

لمَّا كانت **عَمليات "التجميد**" للجسد التي تحدثنا عنها وأوردناها في هذا الباب لا تخضع للقوانين الطبية المعروفة حالياً، حيث إننا نعلم مدى حاجة الجسم بخلاياه كافة للأكسجين، بما في ذلك خلايا الدماغ، التي ذكرنا من قبل أنها لا تستطيع البقاء بدون الأوكسجين أكثر من **خمس ـ عشر** ثوان، يفقد بعدها الوعي.

كما أنَّ الدماغ لا يمكن أن يبق بدون أوكسجين أكثر من **ثلاث دقائق**، وهو في حالة **غيبوبة** Coma، يبدؤ بعدها في التضرُّر بعد ذلك.

فكيف يدخل الإنسان في غيبوبة وتستمر محاولات إسعافه التي تستمر ساعات وأيام، فتثمر عن عودته إلى الحياة بتجربة ومعلومات جديدة من عالم الغيب؟.

وبأي قانون يتم إيقاف عمل الدورة الدموية، والقلب، وأوعية الجسم المختلف، وكل نشاط للدماغ يمكن قياسه؟.

وتحت أي مُسمى يتم تخفيض حرارة الجسم إلى ما دون الصفر، أو ما بين عشرة وخمس عشرة درجة مئوية؟.

وفي هذه الحالة تكون الرُّوح خارج الجسم في ظاهرة **الخروج من الجسد**، وترتبط معه بالحبل الفضي، تنظر لما يجري مع للجسد من محاولات مستمرة لإسعافه، ثم يُقدَّرُ لها أن تدخل إلى عالم الحقيقة عبر **النفق المظلم، حيث تكون** السُّرعة فيه رهيبة بمقياسنا، ثم تلج إلى **نور الحقيقة** الذي يسود بالسلام والوئام، لتلقى بَعض المَواعظ التي قد تنفعها في الحياة الدنيا بعد عودتها مرة أخرى، وهناك قد تذكر من تركتهم في خلفها من أطفال رُضَّع، فتسمع مَن يقول لها: سَمَحنَا لكِ بالعودة مرة أخرى، في الوقت الذي تجري فيه إجراءات الإنعاش للجسد المُسجى، وفجأة يُحرك ساكناً ويَعود إلى الحَياة، وأول من يستجيب هو **القلب**، الذي إذا صَلُحَ صَلَحَ الجسد كله.

فآليات عمليات "**التجميد**" وما يُصاحبها من ظواهر تجري للجسد والرُّوح هي علوم لا تزال مكنونة، محجوبة عن البشر، وصدق من قال:

{**وَمَا أُوتِيتُم مِنَ العِلمِ إلاَّ قَلِيلاً**} (سورة الإسراء، الآية 85).

والذي يُحاول الإجابة عن ذلك بنظريات وفرضيات لا تعتمد على حقائق عِلمية مُتعارف عليها، يكون قد تجاوز الواقع العلمي، وتطاول ليتجاوز قدره.

وكلنا يعرف أن التقدم العلمي الذي يعتمدُ على أدوات الإثبات والرَّصد والتجريب لم يبدأ في تاريخ البشرية إلاَّ منذ مائتي عام فقط، وكان الاعتقاد أنَّ الإنسان يُخلق من نقطة دم حيض متجمدة، حتى سنة 1875م عندما اكتشف العالم الألماني "**هيرتويج**" اندماج الحيوان المنوي بالبويضة، وفي عام 1939 أمكن للعالم الروسي "**سيمون كيرليان**" تصوير الهالة التي تحيط بجسم الإنسان، وكانت من قبل مجرد معلومة في عقائد البشر، ونظرية اجتهادية لبعض الفلاسفة، وتطور الأمر فأصبحت تلك الهالة الآن هي أداة تشخيص دقيقة للأمراض التي تصيب الرُّوح والجسم معاً.

الخـــاتمـــة

حاولت جاهداً تقديم الموضوع بما يفيد القارئ الكريم، وعند التوغل في جوانب "**تجربة الاقتراب من الموت**" الكثيرة ظهر لي أهمية بحث الموضوع من جوانبه الأخرى التي لم يسعني تقديمها في هذا الكتاب، لذلك تقدمت إلى "**القراء الأعزاء**" برسالة مفتوحة في صدر المقدمة لكي نتعاون معاً على وضع أسس تجربة N. D. E في قالب عربي، يناسب طابعنا الشرقي وعقائدنا الدينية، ونحن بمشيئة الله وتوفيقه أهلٌ لها.

واللهُ من وراء القصد وهو يهدي السبيل،،،.

من أجل صِحَّةٍ أفضل أو للتغلُّب على المَرض

عزيزي القارئ:

يُعتبرُ هذا الفصل من الفصول المُميَّزة للموسوعة، إذ يُتيحُ للقارئ الكريم فرصة البحث الذاتي لكي يصل إلى مستوى أنْ يصفَ لنفسهِ علاجاً عن طريق "الحِمْيَة"، أو التغذية السَّـليمة للجسم ، وهي كما عرفنا: إمَّا بالمنع عن تناول ما يضر، أو إعطاء ما يُفيد الجسم، والشفاء يأتي فقط من عند الله سبحانه وتعالى، عندما يوافق الدَّواء الدَّاء.

وخيرُ "الدَواءِ" هُوَ ما وَرَدَ بهِ نصٌ صَريحٌ في: "القرآن الكريم"، أو "السُّنَّة النبويَّة"، يدعو الناسَ لاستعماله، أو الأخذ بهِ، وإذا تفكرنا في النَّصِ نجدُ أسراراً عظيمة من الفوائد الطبية، لم يَعرفها أحدٌ من قبل، ولكنها انجلت للعُلماءِ في عصرنا هذا فقط بالبحث والتقصي، تدلنا على الإعجاز العِلمي الرَّائع الذي سَبَقَ به "القرآن الكريم"، خاتم الرِّسَالات السَّمَاويَّة إلى البشر كل ما سَبقه من تنزيل، وكل ما ورد في الصَّحيح من الهديِّ النبويِّ الشريف، يدعونا إلى التأمُّل فيما أوْرَدَهُ من معاني علميَّة عظيمة، لا تتوفر إلاَّ لشخص النبيe، المُعلَّمُ من ربِّ العالمين.

تمرين للبحث

ما رواه البخاريُّ ومُسلم، عَنْ عَائِشَةَ قَالتْ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ e، يَقُولُ: "**التَّلْبِينَةُ مُجِمَّةٌ لِفُؤَادِ الْمَرِيضِ، تَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزْنِ**" (صحيح البُخاريُّ، رقم 4997).

وما رواه الترمذيُّ، وابن ماجة، وأحمد، عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: **كَانَ رَسُولُ اللَّهِ** e، **إِذَا أَخَذَ أَهْلَهُ الْوَعَكُ أَمَرَ بِالْحِسَاءِ فَصُنِعَ، ثُمَّ أَمَرَهُمْ فَحَسَوْا مِنْهُ، وَكَانَ يَقُولُ**: "**إِنَّهُ لَيَرْتُقُ فُؤَادَ الْحَزِينِ، وَيَسْرُو عَنْ فُؤَادِ السَّقِيمِ، كَمَا تَسْرُو إِحْدَاكُنَّ الْوَسَخَ بِالْمَاءِ عَنْ وَجْهِهَا**" (سنن الترمذيُّ، رقم 1962).

نتأمَّل معاني الكلمات:

التَّلْبِينَةُ: هي "**الشَّعِير**" الذي تمَّ طحنه، فصار أبيض اللون.

مُجِمَّةٌ: مُريحة، تريحه وتذهِبُ إعياؤه، وهي من المَجَمَّة: ما يجلب الرَّاحة.

لِفُؤَادِ الْمَرِيضِ: وهُوَ: **قلب المريض**، حسب ما جاء في آيات "**القرآن الكريم**"، ويوافقه ما جاء بالحديث الثاني: "**وَيَسْرُو عَنْ فُؤَادِ السَّقِيمِ**".

تَذْهَبُ بِبَعْضِ الْحُزْنِ: تذهبُ بأحزان أهل المُصاب، ويوافقه من الحديث الثاني: "**لَيَرْتُقُ فُؤَادَ الْحَزِينِ**".

تَسْرُو إِحْدَاكُنَّ الْوَسَخَ: من سَرَّىَ الشيء عنه، أي **نزعه وألقاه**.

التركيب الكيميائي للشعير

1- **البوتاسيوم**: الذي يعمل على **اتزان الماء** في خلايا الجسم؛ وبالتالي فهو مُدِرٌ للبَوْل؛ مِمَّا يَدْعُو الذي يتناول "**التلبينة**" أن يُقبلَ على المزيد من السَّوائِل، وهُو أيضاً يُسَهِل انتقال الومضة العصبيَّة، ويُحافظ على درجة الحُموضة والقلويَّة بالجسم، فيتحسَّن تبعاً لذلك أداء الخلايا، وبالتالي حالة المريض النفسيَّة، عِلاوة على ما تقدَّم.

2- **الماغنسيوم**: الذي يؤدي نقصه في الجسم إلى: اكتئاب، وضعف، وبالتالي إذا تناوله المُكتئب **تحسَّن حاله**، والضعيف **دَبَّ فيه النشاط**، لأنَّ الماغنسيوم عُنصر فعَّال في انتقال الومضة العصبية، وتكوين البروتين، ويدخل في عمل الغدَّة الكظريَّة، والغدَّة الدَّرقيَّة، والدِّمَاغ، وأغلب عمل الجهاز الهضمي، بالإضافة إلى أنَّهُ يحفظ تيَّار الطاقة الحيوية في الدَّم.

3- **فيتامين ب** - B: بأنواعه الذي يدخل في عمليات "**الأيْض**" الغذائي، وتكوين الطاقة، وحيويَّة الجسم، ومساعدة الإنزيمات في عملها، وتكوين العناصر الأساسيَّة لتقوية الجسم، مثل: الهرمونات، والدهون، والبروتينات، وكريات الدَّم الحمراء والبيضاء، والموصلات العصبيَّة، ويُعتبر ضرورياً في عمل الجهاز العصبي.

4- **فيتامين أ** - A: يعمل بقوَّة وفاعليَّة لتنشيط **جهاز المناعة** الذي يقوم بالقضاء ذاتياً على العَوامل المُمْرضة، كما يُعطي الحَيويَّة للجسم، ويقي من مرض السَّرطان.

5- **فيتامين هـ** - E: يعمل على تنشيط الخلايا العصبيَّة، وزيادة الهِيموجلوبين في الدَّم؛ لأنَّه يرفع من "**أيض**" الحديد الذي يُكوِّن الهيموجلوبين أداة حَمل الأكسوجين إلى جميع الخلايا، وبالتالي فهو يُحسِّن أداء "**الدَّورة الدَّمويَّة**".

6- **الميلاتونين** Melatonin، **الطبيعي**: وهو المنوط به تنظيم دورة النوم الطبيعيَّة، وضبط إيقاع السَّاعة البيولوجيَّة في جسم الإنسان، ومن المعلوم أنَّه كُلَّما تقدَّم العُمر، قلَّ إفراز "**الميلاتونين**" في الغدَّة الصنوبريَّة، وعند تناوُل "**التلبينة**" ترتفع نسبته، وبالتالي فإنَّه يجلبُ **الهدوءَ والرَّاحة والسَّكينة للنفس**.

7- **الألياف** Fibers: هِيَ من أهم العناصر التي تحتوي عليها "**التلبينة**"، ويزداد عملها في "**الجهاز الهضمي**"، فهيَ المادَّة التي **تنزعُ أوساخ** ذلك **الجهاز** بكفاءة عالية جداً، دون أن تمس بأذى أياً من وظائفه الحَيويَّة، وهي الأداة التي تقوم بهذا العمل الرَّائع، الذي وصفه النبيُّ e، وصفاً بليغاً بقوله: "**وَيَسْرُو عَنْ فُؤَادِ السَّقِيمِ، كَمَا تَسْرُو إِحْدَاكُنَّ الْوَسَخَ بِالْمَاءِ عَنْ وَجْهِهَا**"، ذلك بأنَّه عند تناول هذا النوع بالذات من الألياف فإنَّهُ يعمل على: **تقليل تواجد المادَّة الصَّفراوية بالقولون، وسرعة امتصاصها في الكبد، وتقليل الوقت الذي يتعرض فيهِ القولون لتأثيرات المُطفرات الكامنة في البُراز لفاعلية الألياف على سُرعة التبرز ومقاومة الإمسَاك، دون إحداث إسهال**، والجدير بالذكر أنَّ "**الألياف**" من أهم العناصر التي تقاوم حدوث **السَّرطان** في الجهاز الهضمي.

8- **عناصر أخرى مثل**: **المَواد الكربوهيدراتيَّة، والبروتينات**.

النتيجَــة

نجد أنَّ العناصر المختلفة التي تتكوَّن منها "التَّلْبِينَةُ" عند تناولها تقوم بإجراء تفاعُلات كيميائية، وعمليات "أيض"، تكون نتيجتها:

1- تنشيط كامل لجميع أجهزة وخلايا الجسم المرِيض، الذي يَدبُّ فيه النشاط وينهض ليزيل العوامل المُمرضة ذاتياً.

2- تزويد الجسم بمؤثر خارجي يجلب الهدوء للنفس الحزينة، وهو: "**الميلاتونين**" Melatonin، الذي يُلازمه تنشيط فعَّال في انتقال "**الومضة العصبية**"، خلال مُوصِّلات "**الجهاز العصبي المركزي**"، بكفاءة عالية تؤدي إلى مزيد من إنتاج "**الموصِّلات العصبيَّة**"، وأهمها **الأسيتيل كُولين** Acetyl Choline، الذي يعمل على فرض حالة من الهدوء، والسَّكينة للنفس الحزينة.

3- **أنَّ كل ما ورد في "الكتاب والسُّنَّة"، من أوامر، أو نواهي، أو نصائح، إنَّما هِيَ لمصلحة البشر، تكمن خلفها أسرارٌ من العلم، والذي بين أيدينا منه قشوراً.**

فسبحان القائل:

{**إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ**} (سُورة القمر، الآية رقم: 49).

العِلاجُ بالأعشاب و النباتات الطبيَّة

لقد كان من المتوقع بعد انتشار العقاقير المصنعة وتنوعها أن يتراجع المرض وتزداد السيطرة عليه، ولكن الذي حدث هو العكس تماماً، فقد عرف الإنسان الحديث أمراضاً لم تكن معروفة من قبل، بل ودخلنا عصر الأمراض المزمنة، وربما يرجع السبب في ذلك إلى عدة أمور منها: أن الأدوية العديدة التي يتناولها المريض تعمل في أغلب الأحيان على اختفاء أعراض المرض فقط، بينما يبقى المرض كامناً ليتحول إلى الحالة المزمنة، بجانب أنها قد تؤثر على جهاز المناعة الذي يقاوم الأمراض الأخرى؛ لذلك فإن الأدوية المصنعة في المعامل مازال الكثير منها يفتقر إلى معلومات أوفى.

وفي كل يوم تقدم لنا مراكز الأبحاث وكذلك منظمة الصحة العالمية كشفاً جديداً عن الدور الخفي الذي تلعبه المخلفات الكيميائية التي صنعها الإنسان وعن آثار جانبية كثيرة ومعظمها خطر، وأصبحت هناك قائمة سوداء للأدوية السامة تزداد تدريجياً، ويضاف إليها أحياناً بعض الأدوية التي أصبح استعمالها مألوفاً بين الناس، ومن هذه العقاقير الكلوروميسين والنوفالجين والفاليوم.

ومن الأدوية الخطيرة والعقاقير الموجودة والشائعة التي تحدث آثاراً جانبية عند الأطفال الرضع، كنتيجة لتناول الأم لها: المضادات الحيوية والأسبرين وأقراص منع الحمل وأدوية علاج ضغط الدم وأدوية علاج الحساسية والأتروبين – الذي يضر بالكليتين ويسبب حدوث تشنج للرضع – والتندريل والبيتازولدين – الذي يؤدي إلى حدوث مشاكل في دم الرضيع – ومدرات البول التي تحدث جفافاً واختلالاً في الدم كذلك.

ونجد أنه عندما استخلص الإنسان العناصر الفعالة من النباتات وتعرف على تركيبها الكيميائي وشيد مثيلها في المعمل، وأعطاها للمريض في صورة مركزة على هيئة أقراص أو شراب أو حقن، لاحظ أن لمثل ذلك الدواء المصنع في كثير من الأحيان آثاراً جانبية، بينما أرادت حكمة الخالق عز وجل أن تجعل تركيزات هذه المواد الفعالة في النباتات مخففة ويمكن للأجسام التفاعل معها برفق في صورتها

الطبيعية، بجانب أن النبات الواحد قد يحتوي على العديد من المواد الفعالة التي تتعاون معاً في معالجة المريض.
وهو قوله تعالى: {**إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ**} (سُورة القمر، الآية رقم: 49).

إن كل نبتة أو عشبة هي في الواقع صيدلية كاملة تحتوي على مواد فعالة تنوعت بنسب وضعها الله سبحانه وتعالى بحكمته وتقديره، فمثلاً بالنسبة للبصل، وهو من الأطعمة الشعبية المحبوبة والمعروفة في العالم أجمع، قد نندهش إذا عرفنا أنه يحتوي على مواد هاضمة وأخرى تنظم احتراق واستهلاك المواد السكرية، كما يفعل الإنسولين تماماً، كما أنه يحتوي على زيت طيار عطري يكسبه رائحته الخاصة، وهذا الزيت مطهر قوي المفعول يقتل الجراثيم، كما يحتوي البصل كذلك على أملاح تقوي الأعصاب وأخرى تقي الشرايين من التصلب، وهذا إلى جانب مواد تقوي بصيلات الشعر وتحول دون سقوطه، وكل هذه الفوائد تختزن في بصلة واحدة، فهل يمكن لعقار واحد مصنع أن يعطينا كل هذه الفوائد مجتمعة؟.

ولا يمكننا أبداً أن ننتقص من حجم الانتصارات العظيمة التي حققها الطب الحديث، ولكن بجانب ذلك فقد أثبتت البحوث أن لكثير من هذه العقاقير الطبية آثاراً جانبية ضارة، مما جعل المؤتمرات الطبية الصيدلية تنادي بضرورة الحد من تداول هذه الأدوية، والعودة إلى النباتات الطبية والاهتمام بها، بصفتها مصدراً آمناً لصناعة العقاقير.
وفي أمريكا والدول الأوروبية، بدأت توصيات تلك المؤتمرات تدخل في مرحلة التنفيذ الفعلي، وكانت الخطوة الأولى قيام فريق من العلماء بالبحث عن نباتات جديدة قد تكون مصدراً للدواء، وذلك بدراسة النباتات المذكورة في المراجع المكتوبة والمصورة، وكذلك دراسة النباتات المحفوظة في المعشبات، والتي تحوي الملايين منها، وجمع كل المعلومات عنها، والتي دونها جامعوها بعد أن استقوها من أفواه سكان المناطق التي جمعت منها هذه النباتات.

وكان من نتيجة ذلك اكتشاف نباتات جديدة لها فوائد طبية وأخرى اقتصادية لم تكن معروفة من قبل، وبجانب هذه الدراسات، بدأ الاهتمام بالتعرف على الحكمة في استخدام العقاقير المعروفة لدى قبائل الهنود الحمر، ومعرفة النباتات التي تستخدمها هذه القبائل في مداواة مرضاهم والتحقق من صلاحيتها، وكما هو موجود في الولايات المتحدة، كذلك توجد نهضة علمية مماثلة في الاتحاد السوفييتي لدراسة النباتات التي تستخدم في الطب الشعبي والتي يمارسها الفلاحون في قراهم، كل ذلك من أجل اكتشاف نباتات طبية جديدة تغنينا عن استخدام العقاقير المصنعة.
وبالرغم من كثرة النباتات الطبية والعطرية، البرية والمنزرعة في البلاد العربية، ورغم ما لهذه النباتات من دور هام وبارز في إقامة صناعة الدواء والعطور وبعض الصناعات الأخرى، وبالرغم من ذلك فإن تنميتها والاستفادة منها لم تنظم على المستوى القومي حتى الآن، ولا زالت الاستفادة منها تعتمد على الجهود الذاتية لبعض الأفراد الذين يصدرونها للخارج بهدف الكسب المادي فقط، وللأسف لا توجد أي رقابة على جمع هذه النباتات وطرق الاستفادة منها، على الرغم من أهميتها في الطب الشعبي في البلاد العربية، وما لها من تاريخ قديم، فقد استخدمها المصريون القدماء من قديم الزمان، ويشهد على ذلك ما دونه المصريون في بردياتهم، مثل برديات "**إيبرز**"، **و**"**إدوين سمث**"، و"**هرست**".

ومنذ حوالي سبعة آلاف عام استخدمت الأعشاب والنباتات الطبية في مصر الفرعونية من أجل التداوي، فقد استخدموا الخشخاش في علاج التهاب الأمعاء وتسكين الآلام، والنعناع والمر لعلاج القروح والتهابات الجلد والاضطرابات المعوية، وزيت الخروع لعلاج الإمساك وتقوية الشعر وجلاء البشرة من النمش، وقشر الرمان كطارد للديدان، والحنظل لعلاج الإمساك والتهاب المفاصل وكطارد أيضا للديدان، وكل تلك النباتات لازالت تستخدم حتى اليوم وفي نفس الأغراض.

ولقد كان العرب أول من قام بتأسيس أول مخازن الأدوية (صيدليات عشبية) بدمشق، والتي كانت تمتلئ بأوراق وجذور وأزهار وثمار وبذور النباتات، مثل السنامكي، والكافور، والجوز المقئ، والقرنفل وغير ذلك من النباتات.

أما علماء العرب فقد كان لهم باع طويل وواسع في مجال المعالجة بالنباتات، **فابن سينا** ألف كتابه المشهور: "**القانون**" الذي قسم فيه الألم إلى خمسة عشرة درجة، وسجل لعلاج الأمراض ما يزيد عن سبعمائة وستين دواء.

كما أن **ابن البيطار** هو أول عالم عربي ألم بخواص النباتات، ووضع فيها كتابه: "**الجامع الكبير**"، الذي يحتوي على ألفين من الوصفات، ثم كتاب: "**المغني في الأدوية المفردة**" وكتاب: "**الدرة البهية في منافع الأبدان**"، وكذلك **أبو على يحيي بن جزلة** الذي ألف كتابه: "**المنهاج**"، وجمع فيه أسماء الحشائش والعقاقير والأدوية، و**الرازي** وقد وضع كتاباً عن الأعشاب أسماه: "**كتاب الأبنية عن حقائق الأدوية**"، وقد وصف فيه ما يقرب من خمسمائة عشبة، وأخيراً كتاب **داود الأنطاكي**: "**تذكرة داود**"، هذا الكتاب المشهور الذي يعرفه العامة قبل الخاصة، ويعتبر دستوراً للعلاج بالأعشاب والنباتات، وهو مرجع رئيسي لكل ممن يشتغل بالطب الشعبي.

وجدير بالذكر أن العالم الآن يميل أكثر من ذي قبل إلى التداوي بالأعشاب والنباتات الطبية، بعد أن أظهرت نتائج الأبحاث فاعلية العلاج بها، فبدأت شركات إنتاج الأدوية العالمية تتسابق لإنتاج أدوية عشبية في أقراص أو كبسولات، وتطرحها للتداول بعد أن تأكد لديها حرص كثير من المرضى والأطباء على اللجوء إلى العلاج بالخلاصات الطبيعية المأخوذة من الأعشاب والنباتات الطبية، وأصبح هناك شبه سباق عالمي لتسجيل أكبر قدر ممكن من براءات الاختراع لنتائج الأبحاث التي تجري في جميع أنحاء العالم وبخاصة المتقدم، وتم تسجيل آلاف براءات الاختراع الدولية كحقوق ملكية فكرية لصالح الشركات والمؤسسات المتخصصة حتى يكون لها السبق في احتكار الملكية الفكرية.

ولما كان التعريف بأنواع الأعشاب والنباتات الطبية وخواصها، وجواهرها الفعالة، واستخداماتها الطبية قد اعتبرناه عملاً جليلاً ذو فائدة عظيمة، فقد شرعنا في إتمامه وتقديمه إلى طلاب هذا العلم، في أرقى حُلله وأدق تفاصيله، وأوجز علومه، وأكثر أنواعه، مزوداً بالصور التي نراها جزءا هاماً لإتمام ذلك العمل الرائع، وبذلنا في سبيله الكثير من المعاناة والمثابرة والوقت؛ فظهرت إلى حيز الوجود:

<u>**المَوسُوعَة الأم للعلاج بالأعشَاب والنباتات الطبيَّة**</u>

فريدة من نوعها، غير مسبوقة باللغة العربية.

ملحوظة : % 70 من هذا الكتاب ثم نقله من موقعه الأصلي و هو :

http://www.aah3.com

و 30% منه قمت بجلبه من مواقع ومنتديات مختلفة.

و أتمنى أن ينال هذا الكتاب إعجابكم.

و لا تنسونا من صالح دعواتكم أصلاح الله حالكم و حالنا.

